కర్మయోగం

బ్రహ్మ చర్య విజ్ఞానము



ఉచిత గురుకుల విద్య ఫౌండేషన్
www.freegurukul.org

సదాశివ సమారంభాం



గురు దక్షిణామూర్తి



గురు వేదవ్యాస మహర్షి



గురు శుక మహర్షి



గురు నారద మహర్షి



గురు వాల్మీకి మహర్షి



గురు శ్రీకృష్ణ

శంకరాచార్య మధ్యమాం



గురు దత్తాత్రేయ



గురు బాబాజి



గురు గౌతమ బుద్ధ



గురు ఆదిశంకరాచార్య



గురు రామానుజాచార్యులు



గురు జ్ఞానేశ్వర్



గురు రవిదాస్



గురు కబీర్ దాస్



గురు చైతన్య మహా ప్రభువు



గురు నానక్



గురు రాఘవేంద్ర స్వామి



గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి



యోగి వేమన

అస్మదాచార్య పర్యంతాం



గురు త్రైలింగ స్వామి



గురు లాహిరి మహాశయ



గురు రామకృష్ణ పరమహంస



అమ్మ శారదా దేవి



గురు వివేకానంద



గురు సాయిబాబా



గురు అరబిందో



గురు రమణ మహర్షి



గురు యోగానంద



గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద



గురు మళయాళ స్వామి



గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి



గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య

వందే గురుపరంపరాం..







"ఉచిత గురుకుల విద్య ఫౌండేషన్" ద్వారా విలువలు, నైపుణ్యాలతో కూడిన విద్య ఉచితంగా + సులభంగా + ఆకర్షణీయంగా + నాణ్యతతో కూడి అందించే సేవా కార్యక్రమంలో బాగంగా ఈ పుస్తకాన్ని భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్(డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా) నుంచి సేకరించి అందిస్తున్నాము. ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము.

సాయి రామ్ వారి సేవల విస్తరణలో బాగంగా ఈ ఫౌండేషన్ స్థాపించబడినది. ఈ స్వచ్ఛంద సంస్థ ద్వారానే అన్ని సేవలు అందించబడును. ఇటువంటి పుస్తకాలు మీరు వ్రాసినట్లయితే (లేక) సేకరిస్తే మాకు తెలియచేయండి. మేము ప్రతి విద్యార్థికి ఉచితంగా అందేలా చేస్తాము, తద్వారా ఉన్నత విలువలు, నైపుణ్యాలు కలిగిన విద్యార్థులను మన దేశానికి అందించవచ్చు. మాతో కలిసి నవ భారత నిర్మాణ కార్యక్రమంలో పనిచేయుటకు, భాగస్వామ్యం అగుటకు ఆసక్తి ఉంటే సంప్రదించగలరు.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్: http://www.new.dli.ernet.in
2) ఉచిత గురుకుల విద్య ఫౌండేషన్ వెబ్ సైట్ : www.freegurukul.org
3) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్ : https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) మొబైల్ ఆప్: Free Gurukul

గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన,ధర్మ ప్రచారార్థం ఉచితంగా eBook రూపంలో భారత ప్రభుత్వపు డిజిటల్ లైబ్రరీ సహాయంతో ఇవ్వడం జరిగింది. ఇది లాభార్జన దృష్టిలేని ఉచిత సేవ. ఈ సేవలో అంతర్జాలంలోని(ఇంటర్నెట్) లైసెన్సు / కాపీరైటు అభ్యంతరాలు లేనివి అనుకొన్న పుస్తకాలను గ్రహించటం జరిగినది. అనుకోకుండా ఏవైనా అభ్యంతరకరమైనవి ఉన్నచో మాకు తెలుప మనవి, వాటిని తొలగించగలము అని మనవి చేసుకొంటున్నాము.

Website: www.freegurukul.org Mobile App: Free Gurukul email: support@freegurukul.org
Facebook: www.facebook.com/freegurukul Help Line / WhatsApp: 9042020123

" మన లక్ష్యం: విలువలు, నైపుణ్యాలతో కూడిన విద్య అనేది ఉచితంగా + సులభంగా + ఆకర్షణీయంగా + నాణ్యతతో కూడి అందరికి అందించబడాలి "

ఉచిత గురుకుల విద్య ఫౌండేషన్ – Free Gurukul Education Foundation

సర్వం పరమాత్మ పాద సమర్పణమస్తు

భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్ - డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా

http://www.new.dli.ernet.in

Digital Library of India
www.new.dli.ernet.in

Digital Library of India

Hosted by: Indian Institute of Science, Bangalore in co-operation with CMU, IIIT-H, NSF, ERNET and MCIT for the Govt. of India and 21 major participating centres.

Home | Vision | Mission | Goals | Benefits | Content Selection | Current Status | People | Funding | Copyright Policy | FAQ | RFP

Books Journals Newspapers Palm-Leaves (Manuscripts)

Title: Ramayanam
Author:
Year: to
Subject: Any Subject
Language: Telugu
Scanning Centre: Any Centre
Clear | Search

Presentations and Report
Statistics Report
Status Report
Feedback | Suggestions | Problems | Missing links or Books

Click here for PDF collection
DLI MIRROR at IUCAA Data Center PUNE

DLI

For the first time in history, the Digital Library of India is digitizing all the significant works of Mankind.

Click Here to know More about DLI New!

Books	Journals	Newspapers	Manuscripts
Rashtrapati Bhavan CMU-Books Sanskrit TTD,Tirupathi Kerala Sahitya Akademi	INSA	Times of India Indian Express The Hindu Deccan Herald Eenadu Vaartha	Tamil Heritage Foundation AnnaUniversity NEW!

Title Beginning with.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Author's Last Name

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Year

1850-1900	1901-1910	1911-1920	1921-1930	1931-1940	1941-1950	1951-

Subject

Astrophysics	Biology	Chemistry	Education	Law	Mathematics	Mythology	Religion	For more subjects...

Language

Sanskrit	English	Bengali	Hindi	Kannada	Marathi	Tamil	Telugu	Urdu

అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్న్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, ఐవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014



య ఆత్మదా బలదా యస్య విశ్వ ఉపాసతే
ప్రశిషం యస్య దేవాః ।
యస్య చ్ఛాయాఽమృతం యస్య మృత్యుః
కస్మై దేవాయ హవిషా విధేమ ॥

(యజు. 25-13)

ఎవడు మాకు సర్వోత్తమమైన మానవ శరీరము నిచ్చెనో, ఎవడు కర్మానుష్ఠాన శక్తియుక్తుల నిచ్చెనో, ఎవనిని విశ్వమంతయు ఉపాసించుచున్నదో- పొందగోరుచున్నదో, దేవతలు- విద్వాంసులు విజ్ఞానవేత్తలు ఎవని సృష్టి నియమములకు అనుకూలవర్తు లగుదురో, ఎవనిని ఆశ్రయించి అమృతమును- దుఃఖ నివృత్తిని పొందుదురో, ఎవనిని ఆశ్రయించక మృత్యువును- దుఃఖములను పొందుదురో అట్టి సర్వవ్యాపకుడు, సర్వాంతర్యామి, సర్వేశ్వరుడు నగు పరమేశ్వరునికి వేదవిహిత కర్మానుచరణరూప హవిస్సులతో వినమ్రులమై నమస్కరింతుము గాక !

తన శిశ్నేంద్రియము మృదువైన రాపిడికి గురియై ఉన్నతమైన నాడీ ఉద్రేకత కలిగినపుడు వీర్యాశయము, వీర్య నాళములు సంకోచింపబడి వీర్యము బహిర్గతమగును క్రమముగా మరల ఆ వీర్యాశయము పూరింప బడుచుండును.

వీర్యము ఒక అత్యద్భుత-సంక్లిష్ట, సజీవ రసాయన పదార్థము. దానిని విశ్లేషించిన కోట్లాది వీర్యాణువులు **Albumin, Glucose, Calcium** మొదలగు పోషక పదార్థ యుక్త ద్రవములో ఈదులాడు చుండును. వీర్యాణువు ఒక విశిష్టమైన సజీవ కణము. శరీర మందలి అన్ని కణములు 23 జతల క్రోమోజోములు కలిగి యుండగా వీర్య కణము 23 ఒంటరి క్రోమోజములను కలిగియుండును. అయినను అవి పరిస్థితులు అనుకూలించిన తగిన క్షేత్రము (అండము) దొరికిన-మరొక మానవ ప్రాణిని సృష్టించగలదు. వీర్యాణువులు మానవులను సృష్టించ గల అద్భుత విత్తనములు.

ప్రకృతిని పరిశీలించిన మానవేతర ప్రాణులన్నియు ఋతు కాలగాము లగుచుండుటయు, వ్యర్థముగా గాని కృత్రిమ పద్ధతులద్వారా గాని, యువావస్థకు రాక పూర్వముగాని వీర్యమును నష్టపరచ కుండుటయు గాన నగును. కాని సర్వోత్తమ ప్రాణిగా బుద్ధి జీవిగా కొనియాడబడు మానవుడు తన అమూల్య సంపదను మురుగు కాల్వలో వ్యర్థముగా ప్రవహింపజేయుచున్నాడు. ఆధునిక వైద్యులు కొందరు దీనిని నివారించక పోగా ప్రోత్సహించుట దురదృష్టకరము. నేటి సామాజిక వాతావరణమే కొందంత చెరుపు జేయుచుండ కొందరు వైద్య సోదరులు మరింత కామోద్రేకతను కలిగించు హార్మోనులను, ఉపదేశములను యిచ్చి ఆ చెరుపుకు దోహదము చేయుచున్నారు.

ప్రయోజనములు కలుగు విధానముతో పోల్చవచ్చును. అన్నసారము వివిధ ధాతువులుగా పరిణతి జెందుచు శరీరములోని ఆ యా ధాతువులను పోషించుచు శరీరమును ఆరోగ్యముగా నుంచుచున్నది. ఈ పరిణామ క్రమములోని చివరిది శుక్రము. అది మల రహితమైన శుద్ధ పదార్థము. దాని నుండి ఓజస్సు అను గొప్ప శక్తి ఉద్భవించి మానవుని శరీర మందంతట వ్యాపించి స్ఫూర్తిని, ఉత్సాహమును, కాంతిని, ఆనందమును ప్రసాదించును. అని ఆయుర్వేద గ్రంథములలో వర్ణనలు కనబడును.

ఋషులు పరమేశ్వర వాణియైన వేదమంత్రార్థ ద్రష్టలు, సర్వసంగ పరిత్యాగులు. పక్షపాత రహితులు. నిష్కల్మష హృదయులు. వారు తెలిసికొని, తర్కించి అనుభవ పూర్వకముగా గ్రహించిన దానిని మరియొకసారి అంతర్ముఖులై సృష్టి రచయితయైన పరమేశ్వరుని నుండి సమాధానము బడసెడివారు. తదుపరియే పరహితైషులై "సత్యం వదిష్యామి, ఋతం వదిష్యామి" మేము సత్యమునే చెప్పుచున్నాము, అనుభవమునే చెప్పుచున్నామని ప్రమాణముచేసి శాస్త్రములు నిర్మించిరి. మనము అందుకోలేనంత మాత్రమున అది తప్పు, విజ్ఞాన సమ్మతము కాదు, హేతు బద్ధముగాలేదు అని తేలికగా కొట్టివేయ వీలుపడదు. నేటి విజ్ఞానము నిలుకడలేనిది. కాల ప్రవాహ ములో యెన్నెన్నో మార్పులు జెందుచు, చిన్న పిల్లవానివలె పడుచు లేచుచు పయనించుచున్నది. నేటి విజ్ఞానమునకు చలాయమాన ప్రపంచ ములోని వారి దూరదర్శిని, సూక్ష్మదర్శిని యంత్రముల పరిధి లోనికి వచ్చిన స్వల్ప భాగము ఆధారము కాగా- ఋషులకు సర్వ వ్యాపకుడు, సర్వాంతర్యామి, అచలుడు అయిన పరమేశ్వరుడు ఆధారము. వారి నడక ఆచి తూచి స్థిరచిత్తులై నడచిన ధీరుల నడకవంటిది. మనము యెవరి ననుకరించుట శ్రేయస్కరమో మీరే నిర్ణయించుకొనుడు.

ఈ క్రమమును నేటి విజ్ఞానము ఇంకను అందుకో లేకున్నది. అందుచే నేడు మనము దీనిని ఆధునిక విజ్ఞానముతో సమన్వయ పరచ

శక్తులు బలహీనములగును. మేధా శక్తి కుంటువడును. అనేక మానసిక వత్తిడులతో, బిడియములతో, భయములతో జీవితము దుర్భరమగును. తదుపరి ఎంత పశ్చాత్తాప పడినను ఫలితము శూన్యము.

నేడు నవనాగరికత పేరుతో గడుపు విలాస, వినోదమయ జీవితము చూచిన ఈ జాతి ఎటు పోవుచున్నదో, ఏ దుర్గతి వైపు పయనించుచున్నదో అంతు పట్టకున్నది. ఈ జాతి పూర్తిగా నపుంసకము కాక ముందే దీనిని మేల్కొలుపవలసిన బాధ్యత వివేకవంతు లందరి పై నున్నది. నేటి విజ్ఞాన యుగములో వైజ్ఞానికముగ, హేతు బద్ధముగ ప్రేమతో యీ విషయములను యువకుల కందించవలసి యున్నది. ఆ ప్రయత్నముగానే మా శక్తి కొలది ఈ చిన్న గ్రంథమును ప్రచురించు చున్నాము. ప్రఖ్యాత ఆర్య విద్వాంసులు, ఆయుర్వేద హోమియో వైద్య శ్రేష్ఠులు,కాంగ్డీ గురుకుల స్నాతకులు పం. సత్యవ్రత సిద్ధాంతాలంకార్‌గారి "బ్రహ్మచర్య సందేశము" అను హిందీ మూల గ్రంథమును అనుకరించుచు కొంత సంక్షిప్త పరచి, కొన్నిచోట్ల అవసరమగు కొన్ని మార్పులుచేసి ప్రచురించు చున్నాము. ముందు 'వైదిక క్రాంతి' తదుపరి 'వైదిక ఢంకా' సంపాదకులుగా చిరపరిచితులు, దేశ దుస్థితికి సామాజిక దుస్థితికి ముఖ్యముగా హిందువుల దుస్థితికి నిరంతరము ఆవేదన జెందుచుండు మా ట్రస్టు కార్యదర్శి శ్రీమాన్ టి. సూర్యనారాయణ గారు మిక్కిలి శ్రమించి దీనిని అనువదించిరి. శ్రీమాన్ మూట యోగానందముగారు కీ॥ శే॥ వారి తల్లి దండ్రుల పుణ్యస్మృతిలో ఈ పుస్తకము వేయి ప్రతుల ముద్రణకు ఆర్థిక సహాయము జేసిరి. అమర్‌నాథ్ ప్రింటర్స్ శ్రీ పాండు, శ్రీ దక్షిణ మూర్తిగారలు చక్కగా ముద్రించి యిచ్చిరి. అనువాదకులకు, దాతలకు, ముద్రణాలయము వారికి మా హార్దిక ధన్యవాదములు.

దీని వలన ఏ కొద్ది మంది యువకుల జీవితములు బాగుపడినను మా కృషి సఫలము కాగలదు.

— కోడూరి సుబ్బారావు

చురుకుగా పనిజేసిరి. 1950 లో జరిగిన రైల్వే సమ్మెలో పాల్గొనిరి. ఫలితముగా ఒక సంవత్సరము సస్పెన్షను తదుపరి ఉద్యోగము పోగొట్టుట జరిగెను. కాని ధైర్యముగా పరిస్థితుల నెదుర్కొని ఉద్యోగమును సాధించి విజయము సాధించెను. డోర్నకల్‌లో ఆర్య సమాజమునకు స్థలము కొనుటలో కీ. శే. వెంపటి రాములు మరియు శ్రీ బి. సూర్యనారాయణ గారలతో కలిసి కృషి జేసిరి. అనేక ఆర్య సమ్మేళనములలో, కార్మిక సమావేశములలో చురుకుగా పాల్గొనిరి.

వీరి సతీమణి సత్యమ్మగారు వీరికి అనుకూలవతియై వీరు చేయు కార్యక్రమములలో అండదండగా నుండెడివారు వీరి యింటిలో సంస్కారములన్నియు వైదిక పద్ధతిని జరిపించబడినవి. వీరు 7 వ జనవరి 1992 నాడు అస్తమించిరి.

వీరి కుమారుడు యోగానంద్ యోగ్యుడు. తల్లి దండ్రులు కేన్సర్‌తో బాధపడుచున్నప్పుడు వారికి అహో రాత్రములు సేవ చేసెను. వేదములో పుత్రుల కర్తవ్యము గురించి చక్కగా వివరించబడినది. "అనువ్రతః పితుః పుత్రో మాత్రా భవతు సం వనాః" (అథర్వ 3-30-2) పుత్రుడు తండ్రికి అను వ్రతుడు కావలెను. తల్లితో సమాన మనస్కుడు కావలెను అని దీని అర్థము. వీరి కుమారుడు యీ వేద వాక్యమునకు సరిపోవు గుణములు కలవాడు. వైదిక ధర్మ ప్రచారములో తండ్రితో పాటు చురుకుగా పాల్గొనెడివారు. వైదిక ధర్మ ప్రచారార్థమై తల్లిదండ్రుల పుణ్య స్మృతిలో "బ్రహ్మచర్య విజ్ఞానము" అను పుస్తకము వెయ్యి ప్రతుల ముద్రణకై భూరి విరాళముగా ఆరువేల రూపాయలు దానముగా యిచ్చినారు. భగవంతుడు వీరి కుటుంబమునకు ఆయు రారోగ్యములు ప్రసాదించు గాత ।

దాతలకు ధన్యవాదములు

దాతవ్యమితి యద్దానం దీయతేఽనుపకారిణే ।
దేశే కాలే చ పాత్రే చ తద్దానం సాత్త్వికం స్మృతమ్ ॥
(భగవద్గీత 17-20)

'దాన మొనర్చుట మా కర్తవ్య'మను భావముతో ప్రత్యుపకారము నాశింపక దేశ కాల పాత్రతల ననుసరించి జేయు దానము సాత్విక దానము.

శ్రీకృష్ణుని పై ఉపదేశము ననుసరించుచు తెలుగులో వైదిక సాహిత్య ప్రచురణకు— ఈ "బ్రహ్మచర్య విజ్ఞానము" రెండవ వెయ్యి ప్రతులకు, "జననీ జన్మభూమి", "వైదిక అర్థనీతి" మొదలగు లఘు గ్రంథముల ముద్రణ కొరకు ఈ క్రింది దాతలు వారి శక్తి కొలది మా ట్రస్టునకు సాత్విక దాన మొసగి మమ్ము ప్రోత్సహించిరి.

1. శ్రీ కె. నరసింహారెడ్డిగారు, కార్యదర్శి, ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్య ప్రతినిధి సభ, భాగ్యనగరము రూ. 1000/-

2 శ్రీ పి. రామయ్య ఆర్యగారు, శ్రీ సదానంద స్వీట్ హౌస్, బన్సీలాల్ పేట కమాన్ ప్రక్కన, సికింద్రాబాదు. రూ. 1116/-

3. శ్రీ మంద జగన్నాథరెడ్డి, రిటైర్డ్ డిప్యూటీ తహశీల్దారు, వడ్లూరు గ్రామము, కామారెడ్డి మండలము రూ 1000/-

4. శ్రీ ఆరేపల్లి నరసింహగారు, రిటైర్డ్ డ్రైవర్, దక్షిణమధ్య రైల్వే, లాలాగూడా— వారి ప్రథమపుత్రిక స్వర్గీయ సవిత జ్ఞాపకార్థము రూ. 1000

5. శ్రీ బొక్క గుండారెడ్డి గారు, వ్యవసాయ నిపుణులు, ఎల్లిపాడు, కామారెడ్డి మండలము. రూ. 1000

పై దాతలందరకు మా హృదయపూర్వక ధన్యవాదములు.

— గాయత్రీ ఆశ్రమ ట్రస్టు

నుండి అతని జీవితము భయానక పరిస్థితులలో చిక్కుకొనును. అతని జీవిత మంతయు దుఃఖభాజక మగును.

మానవునకు యితర అవయవముల జ్ఞాన మెట్లవసరమో అట్లే జననేంద్రియ విషయ జ్ఞాన మవసరము. అన్ని అవయవముల వలె జననేంద్రియము కూడా పవిత్రమైనదిగా భావించవలెను. విషయ ప్రస్తావన మాత్రము చేతనే కన్నుల ముందు దృశ్యము గోచరమగు ననియు, కొందరీ విషయ పరిజ్ఞానమును దురుపయోగ మొనర్చుట వల్ల యీ విషయము మలినమైనదిగా మరియు గోపనీయ విషయముగా భావించిరి.

ఎందరో యువకులు జననేంద్రియ విషయములలో సరియైన అవగాహన లేకుండుట వలన వక్ర మార్గములలో నడిచి తమ అమూల్య జీవితములను నాశనము గావించుకొనుచున్నారు. దురభ్యాసములకు వశులై వానినుండి విముక్తి పొందజాలకున్నారు. పశువులు నైసర్గికముగా ప్రవర్తించును. మనుష్యుడు ప్రకృతిని యెదురించుటలో సంతృప్తి జెందును. అనేక కోణముల నుండి వెలువడు అశ్లీల సాహిత్యము, అశ్లీల చిత్రముల నుండి యువకులు యీ విషయమును విపరీత ధోరణిలో గ్రహింతురు. జీవితములో ప్రతి యెక్కరు తప్పు జేయుదురు. కాని తప్పు తెలిసి కూడా సవరించుకొనలేని వారు పతనులగుదురు జీవితమును సరిదిద్దుకొనుటకు "అలస్యము" అను మాటను విస్మరించవలెను. తప్పు తెలుసుకొని సరిదిద్దుకొను వారు తప్పు జేయని వారిలో పరిగణించబడెదరు.

ప్రేమ మొగ్గలు

ప్రేమయే జీవనము. ప్రేమయే మనుష్యునకు సంజీవనీ శక్తి యౌసంగును. ప్రపంచ అస్తిత్వమునకు ప్రేమయే కారణము. తల్లి ప్రేమ

చెవులు వినును, ముక్కు వాసన చూచును. నాలుక రుచి చూచును. త్వచ స్పర్శించును. జ్ఞానతంతువుల ద్వారా యింద్రియముల అనుభవము పెద్దమెదడు ద్వారా జరిగినది. చిన్నమెదడు శరీర సంబంధమైన ప్రవృత్తులను మరియు శరీర సంబంధమైన భిన్న భిన్న చలనములను వశములో నుంచి పనిచేయును. అందుచేతనే శరీర నియంత్రణము మాతాపితల యెడ, బంధువుల యెడ ప్రేమానురాగములు ఏర్పడును. ఈ చిన్నమెదడుకు యేవిధమైన హాని కలిగినప్పటికి శరీర సంబంధ చలనములు వశమునం దుండవు. నడుస్తూ, తిరుగుతూ తూలిపోవుట జరుగుచుండును. మాదక పదార్థ సేవనము యీ చిన్నమెదడుపై ప్రభావము జూపుట వలన అట్లే తూలిపోవును. ప్రేమ భావముల సంబంధము కూడా చిన్నమెదడుతోనే యుండును. అందుచేత ప్రేమ యొక్క ఉన్మాదములో మానవుని యొక్క స్థితి బాగుబోతుకు యేమాత్రము తీసిపోదు. ఈ ప్రకరణములో చిన్నమెదడు గురించి విశేషముగా తెలిసికొందము. చిన్నమెదడుకు సంబంధించిన రెండు పనులు గలవు.

1. లౌకిక ప్రవృత్తుల కేంద్రమగుట వలన సమాజ ప్రేమ, దాంపత్య స్నేహము, వాత్సల్య భావము, మైత్రీ భావము, గృహనివాసేచ్ఛ, తత్పరాయణత మొదలగునవన్నియు దీనితోనే సంబంధము కలిగియుండును.

2. శరీరము యొక్క భిన్నగతులను వశములో నుంచుకొనుట, వానిని హద్దులో నుంచుట మరియు నియంత్రణలో నుంచుట, నడచుట, తిరుగుట, కూర్చొనుట, లేచుట, నిలబడుట, చేతులు తిప్పుట, వేళ్ళు కదుపుట, ఎగురుట మొదలగు వానినన్నింటి సంచాలన మిది జేయును

జీవిత కాలము యొక్క సమస్త క్రియలను రెండుగా విభజించ వచ్చును. శరీర పోషణ, ప్రజననము. శరీర పోషణ స్వార్థమయ ప్రక్రియ. తిని, తాగుట వలన వ్యక్తిగత జీవనశక్తి కలుగును. ప్రాణ మున్నచోట యీ స్వార్థ ప్రక్రియి కనిపించును. సుదూర అడవి ప్రాంతములలోనున్న మొక్కలు గాలినుండి, నీటిద్వారా, భూమిద్వారా తనకు కావలసిన జీవన శక్తిని పొందును పక్షులు తమ గూటిని వదలిపెట్టి ఆకాశములో యెగురుచు దూర ప్రాంతములకు వెళ్ళి తిరిగి సాయంకాలము తమ గూటికి చేరును. జీవిత మంతయు పక్షులు ఆహార అన్వేషణలో యిట్లే గడుపును. అడవిలో జంతువులు పచ్చని గడ్డి, స్వచ్ఛమైన నీటికై అన్వేషించును. ఇవి దొరికిన చోట అవి తమ నివాస మేర్పరచుకొనును. మనుష్యుడు కూడా బాల్యము నుండి వృద్ధాప్యము వరకు తిండి, బట్ట కొరకు శ్రమించును. పశు పక్ష్యాదులు, మనుష్యులు తమ అస్తిత్వము కాపాడుకొనుటకై సంఘర్షణ గావింతురు.

కాని ఈ సంఘర్షణ యెంత కాలము? ప్రతి ప్రాణి చావవలసి నదే. వ్యక్తిగత జీవితము పరివర్తనశీలమైన భిన్న భిన్న పరిస్థితులపై విజయము సాధించునంత వరకే జరుగును జీవిత పూర్ణ వికాసము కలుగునంత వరకు జీవించియుండుటకై తమ శారీరక పోషణ కొరకై జీవిత సతత ధారను అడ్డుకొను లేక యెండకట్టు పరిస్థితుల నెదుర్కొన వలయును. కాని ఈ స్థితి తన నలువైపుల పరిస్థితులతో సంబంధ మేర్పరచుకొనుట అసంభవ మగునంత వరకు మాత్రమే. అప్పుడు వృద్ధాప్యము వచ్చును. పరిస్థితులతో సంబంధము కలిగియుండుటయే జీవితము. సంబంధము తెగిపోవుటయే మృత్యువు. అటువంటి పరిస్థితు లతో శరీర పోషణ యను స్వార్థమయ ప్రక్రియ ఆగిపోవును. మనుష్యు నకు యితియే అంతమైనచో అతడు అత్యంత దుఃఖమయు డగును. కాని పరమాత్ముడు ఆరిపోవు జ్యోతిని సురక్షితముగా నుంచుటకు

ఉపయోగించవలెను ఇదైనను పురుషునకు 25 సంవత్సరములు, స్త్రీకి 16 సంవత్సరములు నిండవలెను. ఈ ప్రాయమునందే వారి అవయవములలో అందుకు తగిన వికాసము రాగలదు. ఇది ప్రకృతి యొక్క నియమము. పశు పక్ష్యాదులలో, మొక్కలలో ఈ నియమము పాటించబడుచున్నది. కాని సభ్యత, వికాసమని గొప్పలు చెప్పుకొనెడి మనుష్యుడు ప్రకృతి నియమములను ఉల్లంఘించుచున్నాడు. ప్రజనన క్రియను దురుపయోగము జేసి మానవత్వమును ఉన్నతాసనము నుండి దిగజార్చి పతనము జెందును. చేయి జారిపోయి తన భయంకర దుష్కృతముల భీకర పరిణామముల పట్ల తల బాదుకొనును.

జీవనారంభము
(Protoplasm)

ప్రోటోప్లాజమ్ : ప్రాణి యొక్క జననము రహస్యమయము. విలియమ్ థామ్సన్ పృథివిపై ప్రాణి వేరే నక్షత్రము నుండి జారిపడినట్లు అభిప్రాయపడెను. డార్విన్ ననుసరించి అన్ని ప్రాణులు ఒకే మూలతత్త్వము నుండి ఉద్భవించినవి. హెర్బర్ట్ స్పెన్సర్, హక్సలే మరియు టిణ్డల్ చైతన్యము గల ప్రాణులన్నియు జడము నుండి ఉత్పన్నమైన వనిరి. కాని యిందుకు వారి వద్ద ప్రత్యక్ష ప్రమాణము లెవ్వియు లేవనిరి. సృష్ట్యారంభమున ప్రాణుల యుత్పత్తిని గూర్చి యిదమిత్థమైన నిర్ణయము జరుగలేదు. ఉత్పత్తి తరువాత ప్రాణుల వృద్ధిని గూర్చి విజ్ఞానము బాగుగా గ్రహించినది. వనస్పతుల, జంతువుల రెండింటి మూలాధారము "ప్రోటోప్లాజమ్" అని వైజ్ఞానికులు నిర్ణయించిరి. దానిని కేవలము సూక్ష్మదర్శిని యంత్రముతో మాత్రమే కనిపెట్టదగును. ఈ ప్రోటోప్లాజమ్ పారదర్శిక పదార్థము. ఇది సగము ద్రవ రూపములో యితర సగము గట్టి పదార్థముగా నుండును. దీని అన్ని భాగములు ఒకే తత్త్వముతో నిర్మింపబడును. ఇది అఖండ

అంగము కూడా నిశ్చితముగా నుండదు. తన శరీరము యొక్క యే భాగము నుండి యే పని తీసుకొనదలచిన ఆ పని తీసుకొనును.

న్యూక్లియస్ (Nucleus) : "అమీబా" శరీరములో ఒక చిన్న ముడి వంటిది యుండును. దానిని న్యూక్లియస్ అందురు. ఈ ముడి "అమీబా" యొక్క "ప్రోటోప్లాజమ్" లోపల నిలువుగా నున్నట్లు గనిపించును. ఇది జనన ప్రక్రియలో చాలా అవశ్యకమైనది. అమీబా యొక్క న్యూక్లియస్ ముడితో గూడిన ప్రోటోప్లాజమ్‌ను ఇంగ్లీషులో "న్యూక్లియేటెడ్ ప్రోటోప్లాజమ్" అందురు. దీనిని సూక్ష్మదర్శిని క్రింద పెట్టి చూచిన అనేక విషయములు తెలియవచ్చును. కొద్ది సమయం తరువాత అమీబా నిశ్చలమైనపుడు దాని న్యూక్లియస్ రెండు భాగములుగా చీలిపోవును. ప్రతి భాగము వెంట సగము సగము ప్రోటోప్లాజమ్ యుండును. "ప్రోటోప్లాజమ్" "న్యూక్లియస్" యొక్క సగభాగమును ఆక్రమించును. అప్పుడు ఒక అమీబాకు బదులు రెండు స్వతంత్ర అమీబాలు యేర్పడును. వీటిలో ప్రత్యేక అమీబా రెండుగానై నాలుగు అమీబాలు యేర్పడును. ఇట్లు మొదటి అమీబా తన అస్తిత్వము గోల్పోయి తన శరీరము నుండి రెండు, నాలుగు, యెనిమిది భాగము లలో విభజించబడి తన జాతి యొక్క భావి సంతతిని ఉత్పన్నము జేయును. తన శరీరమును ముక్కలు ముక్కలుగా జేసి వందల అమీబాలను ఉత్పన్నము జేయును.

కణ విభజన : అమీబా వికాస క్రమములో మధ్యముడి చెదిరి రెండు భాగములలో విభజింపబడునని లోగడ చదివి యుంటిమి. ఈ "న్యూక్లియస్‌యుక్త ప్రోటోప్లాజమ్" యొక్క ఆ రెండు భాగములు విరిగి నాలుగు భాగములలో మరియు యిదే విధముగా అనేక భాగము లలో విభజించబడును. అమీబాతో ఉన్నత ప్రాణుల శరీర రచన యొక్క "న్యూక్లియస్ ప్రోటోప్లాజమ్" నుండి కణములు ప్రారంభ

యుండియే వృద్ధిచెందును. ఈ కణములు కలిసి యొక చిన్న పిండముగా తయారగును. దానిలో మాంసము, నరములు, యెముకలు తయారగును. అప్పుడు తల్లి నుండి విడివడి స్వతంత్రముగా జీవించును. అంతకు పూర్వము పిండము తల్లి శరీరము యొక్క భాగముగా నుండును. ప్రాణుల శరీర మిట్లే వృద్ధి జెందును. దీనికి కణముల కల్పన (సెగ్మెంటేషన్, మల్టిప్లికేషన్, బై డివిజన్, సెల్ థియోరీ) అందురు.

శరీరము యొక్క అనేక అవయవములు కేవలము ఈ కణముల తోనే యేర్పడును. వానిలో గుండె యొకటి. మాంసపు ముద్దలు, పేగులు మరియు జ్ఞానవాహిని నాడులు యీ కణములతోనే తయారగును. ఎముకలు, దంతముల వంటి గట్టి పదార్థములు కూడా యిట్లే యేర్పడును. కణముల కలయిక లేక పరివర్తన చేతనే శరీర నిర్మాణ మగును.

లింగభేదము : ప్రోటోప్లాజమ్ మరియు న్యూక్లియస్ ముక్కలగుటకు పూర్వము వేరొక అవసర ప్రక్రియ జరుగును. చెరువు నీటి లోని నాచును సూక్ష్మదర్శిని యంత్రముతో పరీక్షించినపుడు అది రెండు రకములైన కణములతో యేర్పడినట్లు తెలియుచున్నది. దీనిని "ఎలిజీ" అందురు. ఈ నాచులో "న్యూక్లియస్‌యుక్త ప్రోటోప్లాజమ్" యొక్క రెండు వరుసలు యెదురెదురుగా యేర్పడును. ప్రత్యేక పజ్క్తి యొక్క కణములు తన యెదురుగా నున్న కణములతో కలిసిపోవును. ఈ కలయిక వలన నొక నూతన కణ మేర్పడును. ఈ ప్రక్రియలో ఒక కణము, రెండవ కణము వైపు పయనించుట సూక్ష్మదర్శిని యంత్రము ద్వారా చూడనగును. ఎదురెదురు పజ్క్తులలో నున్న యీ కణములను "పుంలింగము", "స్త్రీలింగము" అని యందురు. ఈ కణముల సంయోగము కానిచో "ఎలిజీ" అనగా యెదురెదురుగా నున

యుండును. స్టైమన్‌లో పొలన్ యున్నటుల పిస్టిల్‌లో ఓవ్యూల్ యుండును. పొలన్ మరియు ఓవ్యూల్ కలయిక వలన బీజములు లేక ఫల మేర్పడును. పుం, స్త్రీ తత్త్వములు ఒకే పుష్పము నందున్న యెడల అచ్చటనే బీజము తయారగును. ఈ రెండు తత్త్వములు భిన్న భిన్న మొక్కలపై నుండినచో మగపుష్పము యొక్క పుష్ప కేసరము పొలన్ వాయువుచేత నెగురవేసుకొని సమీపములో గల స్త్రీ పుష్ప ఓవ్యూల్‌లో జేరవేయును. ఈ పరిస్థితులలో మగ, ఆడ తత్త్వముల పుష్పములు గల మొక్కలు దూరముగా నున్నప్పటికి సంయోగము జరుగును. తేనెటీగలు, సీతాకోకచిలుకలు మొదలైనవి తమ రెక్కలు మరియు కాళ్ళతో ఉత్పాదక ధూళిని ఒకచోట నుండి వేరొక చోటికి చేరవేసి ఉత్పాదక క్రియలో తోడ్పడును. చిన్నపక్షులు, స్నేల్ మొదలగునవి ఈ ప్రక్రియలో తోడ్పడుచున్నవి. వీటిని మొక్కల వివాహము యొక్క పురోహితుడందురు.

మనుష్యులలో ప్రజనన ప్రక్రియ

పెద్ద ప్రాణులలో మగ మరియు ఆడ ఉత్పాదక తత్త్వముల కలయిక వలన ప్రాణి ఉత్పన్న మగును. ఈ క్రియకై కొన్ని సహాయక మరియు ఆవశ్యక యింద్రియములు పరమాత్మునిచే సృష్టింపబడినవి. మగవారిలో "శిశ్నము" ఆడవారిలో "యోని". ఈ ప్రాణులలో బహిఃసంయోగము కాక అంతర్ సంయోగము జరుగును. ఈ విధముగా క్రొత్త ప్రాణి జీవిత మారంభమగను.

ప్రత్యేక జాతిలో మనుష్యుడు గుఱ్ఱము, మేక మొదలగు వాని యన్నింటిలో గుహ్యాంగములు మగ, ఆడను దృష్టిలో పెట్టుకొని నిర్మించబడినవి. వేర్వేరు జాతులతో మగ, ఆడ గుహ్యాంగములలో ఆశ్చర్యకరమైన ప్రారంభికానుకూలత కనబడును. ఇది ప్రకృతి

చాంద్రాయణము ననుసరించి పది నెలలుగా యీ సమయ ముండును. గర్భధారణ జరిగిన తర్వాతకూడా కొంతమంది స్త్రీలలో ఋతుస్రావము వికృత రూపములో జరుగును. కాని యిది అసాధారణ పరిస్థితి.

గర్భ సమయమున రజఃకణ వికాసము అనేక దశలుగా పరివర్తన జెందును. చిన్న ప్రాణులలో జరిగే పరివర్తన వంటివే యిచ్చటను జరుగును. ఒక దశలో మానవ గర్భస్థ శిశువు గ్రుడ్డులో నుండి వెడలిన చిన్న పక్షిగా నుండును. తిరిగి కుక్క యొక్క ఆకారము దాల్చును. ఇది పెద్ద పెద్ద వైజ్ఞానికులకే ఆశ్చర్యము గొలుపును. వారే భ్రమలో పడెదరు. భ్రూణము యొక్క కాళ్ళు, చేతులు చిన్న చేపల ఆకారముతో సరిపోవును. కోతివలె వెంట్రుకలతో కప్పబడి నట్లుండును. భ్రూణము యొక్క క్రమవికాసము యీ దృష్టాంతముల వలన ప్రాణ్యుత్పత్తి వికాసవాదులు తమ సిద్ధాంతముల నెలకొల్పిరి. మనుష్యుడు మరియు అల్ప ప్రాణుల ఉత్పత్తి స్థానము ఒకటే. మనుష్య స్థితి జేరువరకు యేయే దశల నుండి వచ్చుట జరిగి నదో అట్టి దశలన్నియు గర్భములో ధంసుట యైనదని వారి వాదన. కాని యిట్లెందు కగును. ప్రకృతికి యిట్లు జేయు అవసర మేమి కలిగినది? దీనికి పరిణామ వాదులెట్టి సమాధానము చెప్పరు. దీనివలన కోతి నుండి మనిషి పుట్టినాడను నిర్ధారణ జరుగుటలేదు. కాని యీ యోనులన్నిటిని జేసిన వాడొక్కడేయని మాత్రము తెలియుచున్నది. అట్టి అద్భుతశక్తి అంతట వ్యాపించినట్లు కనిపించుచున్నది.

ఉత్పాదక అంగము

గత అధ్యాయములో జనన ప్రక్రియ వర్ణన జరిగినది. ఈ అధ్యాయములో ప్రజనన అంగములు శరీరశాస్త్ర దృష్టితో వర్ణన జేయ బడినది. శరీరములో ఉత్పాదక అంగము జగత్స్రష్ట ప్రభుయొక్క

జననకార్యములో ఆటంకముండదు. ఈ అంగములో అనేక రక్తవాహిక ప్రణాళిక లుండును. విషయ వాసనలతో శరీరము యొక్క రక్తము యీ నాళముల వైపు ప్రవహించును. జననేంద్రియము ఉత్తేజితమగును. ఇట్టి ఉత్తేజన యే కారణముల వలన కలిగినప్పటికి వాటినుండి తమను కాపాడుకొనవలయును. ఈ రక్తము కొంతకాలము జననేంద్రియములో నుండుట వలన ప్రాణరహితమగును. సంచిత రక్తము ప్రాణరహితమై ఉత్తేజన ఆగిపోయిన తర్వాత శరీరములో ప్రవహించి మొత్తము రక్తమునే కలుషిత మొనర్చును. డా॥ కోథ్ తన గ్రంథము "సెవెన్ స్టడీస్ వర్ యంగ్ మెన్"లో యీ అభిప్రాయమును సప్రమాణముగా బలపరచెను. జననేంద్రియ ఉత్తేజము నాటినుండియే జననేంద్రియ చెడుకు ప్రారంభమైనట్లుగా తల్లిదండ్రులు భావించవలెను. ఇది ఆట వస్తువుగా భావించి దానితో ఆడుకొని నష్టపోయెదరు. యువకున కీ విషయము తెలియజెప్పుట యుచితము. అనేకమంది యువకులు పశ్చాత్తాపముతో క్రుంగిపోవుట గమనించుచున్నాము. గతించిన కాలము తిరిగి రాదుగాని రాబోవు సంతతి వీరి కన్నిటితో జాగ్రత్త పడవలెను.

<u>శిశ్నాగ్ర చర్మము</u> (Prepuce) శిశ్నము యొక్క మొదలు పలుచని చర్మముతో ముఖము వరకు కప్పబడియుండును. దీనికి ముందుగానున్న చర్మమును శిశ్నాగ్ర చర్మమందురు. ఇది శిశ్నము యొక్క అగ్ర భాగమును కప్పివేయును. మహమ్మదీయులు, యూదులు యీ ముందోలును కోసివేయించుట ధార్మిక కర్తవ్యముగా భావించెదరు దీనిని వారు సున్తీ అందురు. ఉత్తర భారతదేశములో నిష్ఠగల పణ్డితులు లఘుశంకకై నీళ్ళు తీసుకొని పోయెదరు. వారు యింద్రియమును స్నానము చేయించుటకు అనేకులు ఈ పనికై మట్టిని ఉపయోగించెదరు. లఘుశంక తర్వాత మూత్రేంద్రియమును కడుగనిచో మురికి జేరి పుండ్లు, కురుపులు కలుగును. ముందోలు యొక్క అంతఃపృష్ఠముపై

అంతమగును. ఈ భాగమును యెప్పుడు తెరచి యుంచకూడదు. కడుగునప్పుడు తప్ప యెప్పుడు దీనిని తాకరాదు.

మూత్ర ప్రణాళి (Urethra) : శిశ్నము పొడుగున యుండు ప్రణాళిని మూత్రప్రణాళి లేక ఆంగ్లములో యురెత్రా అందురు. శిశ్నము మాదిరిగా దీనికి రెండు పనులు గలవు. మూత్రాశయములోని మూత్రమును బయటకు తీసికొనివచ్చుట, శుక్రాశయములోని శుక్రమును బయటకు తీసుకొని వచ్చుట. మూత్రప్రణాళి యొక్క దారి మూత్రాశయము (Bladder) వరకు పోవును. దీని లోపల నోరు, కంఠములలో నుండు విధముగా శ్లేష్మ పొరతో కప్పబడి యుండును. మూత్ర ప్రణాళిని మూడు విభాగములుగా విభజించవచ్చును.

స్పంజీ మూత్రప్రణాళి (Spongy Portion) : ఇది శిశ్న ముఖము నుండి అరంగుళము లోపలి వరకు వ్యాపించియుండును. దీని నలువైపుల మాంస కండరము లుండును. వీటి సహాయము వలన మూత్రము, వీర్యము లేక యితర శ్లేష్మమయ పదార్థములు తేలికగా శరీరము నుండి బయటకు వచ్చును.

2. ఆమత్వచ మూత్రప్రణాళి (Membranious Portion) : ఇది మూత్రప్రణాళి యొక్క మధ్యభాగము. ఇది స్పంజీ మూత్రప్రణాళి చివరి నుండి అష్ఠీలా గ్రంథి (Protsate gland) వరకు వ్యాపించి యుండును. ఈ భాగము యొక్క పొడవు ఒక అంగుళ ముండును. ఈ భాగము యొక్క మాంస కండరములు యే రోగ సూక్ష్మజీవుల (Bacteria etc.) నైన బయటినుండి లోపలికి రాకుండా ఆపివేయును. మరియు మూత్రాశయము నందున్న మూత్ర ద్వారమును వశము నందుంచుకొనును.

తెలిసికూడా వైద్యులు యేవో మందులు వాడెదరు. వాని వలన నష్టమే కలుగును. ఉన్నట్టుండి యెవరికి వీర్యనష్టము కాజాలదు. గ్రంథుల స్రావమును జూచి వీర్యమని యువకులు భీతిల్లెదరు. కడు యింద్రియ లోలతతో చెడిపోయిన వారికి తప్ప యితరుల కెవరికి ఉత్తేజము లేకుండా వీర్యనష్టము జరుగదు.

<u>అష్ఠీలా గ్రంథి</u> (Prostate Gland): ప్రొస్టేట్ గ్లాండు యొక్క కొంతభాగము గ్రంథి ధాతువులతో, మరికొంత మాంస ఖండములతో తయారగును. ఇది మూత్రాశయ కంఠమునకు క్రింది భాగమున యుండును. ఆ స్థలములో మూత్రప్రణాళిని నాలుగువైపుల ఆక్రమించి యుండును. మూత్రప్రణాళి ప్రొస్టేట్ గ్రంథిలో నుండి మూత్రాశయముతో కలియును. అందుచేతనే మూత్రప్రణాళి మూడవ భాగమును అష్ఠీలా గత మూత్రప్రణాళి యందురు. ఇది జల్లెడవలె మూత్రాశయ ముఖము మరియు మూత్రప్రణాళి కలియుచోట యుండును సాధారణముగా యిది యొక అంగుళము పొడవు, తులంబావు కంటె కొంచెము అధికము బరువు కలిగియుండును.

దీనికి జనన ప్రక్రియతో విశేష సంబంధము గలదు. అందుచేత అండకోశములను తీసివేసిన యిది నష్టపోవును. వృద్ధావస్థలో కూడా యిది క్షీణించును. జననేంద్రియ మిథ్యాయోగము లేక అతియోగము వలన వృద్ధావస్థలో ఈ గ్రంథి పెద్దదై బాధించును. దీనివలన మూత్రము అడ్డుపడును. అందుచేత దీనిని ఆపరేషను జేయుదురు. కామోత్తేజన సమయమున ఈ గ్రంథి ప్రణాళికలు విశేష స్రావముతో నిండిపోవును. ఈ స్రావము మూత్రప్రణాళి లోనికి పోయి వీర్యముతో కలిసి అందులో భాగమగును. కౌపర్ గ్రంథుల వలె ఈ గ్రంథి కూడా కామవాంఛ సమయమందే స్రవించును. కాని ఈ స్రావము కూడా

శరీరము మరియు మనస్సు ఉత్తేజితమగును. ఇట్టి స్వప్నముల ప్రభావము శుక్రాశయముపై బడి వీర్య స్ఖలనమగును. దీనినుండి కాపాడుకొనుటకు మానసిక పవిత్రత చాలా అవసరము. ధార్మిక పుస్తకములు మరియు మహాపురుషుల జీవిత చరిత్రలను మననము జేయుట వలన మనసు ఉత్తమ భావములతో నిండిపోవును. ఉత్తమ పుస్తకములలో ప్రత్యేక ఉత్తమ ఘట్టములను మాటిమాటికి అధ్యయనము జేయుట వలన మనసును పవిత్రముగా నుంచుకొనుటకు వీలుపడును.

స్వప్న దోషమునకు అనేకసార్లు శరీరకమే కారణమగును. శుక్రాశయము గుదము, పురీషనాళము, మలాశయముల మధ్యలో నున్నటుల తెలిసికొనినాము. మూత్రాశయము, గుదము నిండి యున్నప్పుడు శుక్రాశయముపై దాని వత్తిడి పడి ఉత్తేజము కలిగి వీర్య స్ఖలనమగు నవకాశము గలదు. కనుక స్వప్నదోషము గలవారు రాత్రి పరుండుటకు పూర్వము మూత్రాశయమును, మలాశయమును ఖాళీ చేసుకొనవలయును.

<u>అండకోశము</u> (Scrotum): ఇప్పటి వరకు ఒక క్రమములో ఉత్పాదక అంగము వర్ణన చేయబడినది. ఇందు ఒక దానికొకటి సంబంధము గల విషయములు పేర్కొనబడినవి. ఇకముందు చర్చించబోవు అవయవముల గూర్చి తెలుసుకొనుటకు అండకోశ సంబంధ జ్ఞానము చాలా అవసరము. అందుచేత క్రమమును మార్చి విషయము తేలికగా అర్థమగునట్లు చర్చించెదము.

అండముల చర్మ సంచిని అండకోశ 'Scrotum' మందురు. దీనిలో రెండు అండములు ఒకటి కుడివైపు, రెండవది యెడమ వైపున నుండును. కిశోరావస్థలో వీనిపై కొన్ని వెంట్రుకలు పుట్టును. ఈ చర్మమును శుభ్రముగా నుంచుకొనవలెను. లేనిచో దురద వచ్చును.

3/4 ఔన్సు నుండి ఒక ఔన్సు వరకు బరువుగా నుండును. కుడి భాగమున గల అండము యెడమ వైపు దానికంటె పెద్దదిగా మరియు బరువుగా నుండును. దీనికి ఒక నిర్దిష్ట ఆకారము లేదని గుర్తుంచుకొనవలెను. దాని ఆరోగ్యమే దాని పనిలో సహాయముగా నుండును. పురుషుని అండము వలె స్త్రీలో 'ఓవరీ' యుండును. దానినుండి రజఃకణము ప్రతి మాసము ఋతుధర్మము తర్వాత 13 రోజుల తదుపరి వెడలును. స్త్రీ యొక్క ఓవరీ శరీరము లోపల నుండును. వాడుక భాషలో అండకోశ శబ్దమును అండము అను అర్థములో ప్రయోగించెదరు.

ఖండిక (Lobule) : ప్రతి యొక అండము అనేక ఖండికలతో (Lobules) కలిసి యేర్పడును. ఇది ప్రత్యేక తరహా ముడిగా నుండును అవి సన్నని వలలో యేర్పడును. ఆ వల కూడా బయట, లోపల సూక్ష్మరక్త వాహినులతో కప్పబడును. ఈ ఖండికలలోనే వీర్య కణములు యుత్పత్తి యగును. అందుచేతనే దీనిని సంస్కృతములో అండము అందురు.

ఉపాణ్డము (Epididymis) : ఖండికల సన్నని ప్రణాళికలు కలిసి ఒక పెద్ద ప్రణాళికలో కలిసిపోవును. దానిని ఉపాణ్డము (Epididymis) అందురు. ఇది అండమును కొంత పైనుండి, మరి కొంత క్రిందినుండి ఆవరించి యుండును. మరియు నిరంతరము యుమ్మడిగా నగుచు మూటలవలె యేర్పడును. అండము యొక్క బయటి నిస్సార ప్రణాళిక యొక్క యిది మొదటి భాగము. అండము నుండి వెడలు వీర్య కణములు మొదట దీనిలోనే కూడుచుండును.

శుక్రవాహిని (Vasdefrance) : కామోత్తేజము కలిగినప్పుడు అండము నుండి శుక్ర కణములు ఉపాణ్డములో జేరును. ఇచ్చటనుండి నెట్టబడి యే బహిః నిస్సార ప్రణాళిలో జేరునో దానిని శుక్రవాహిని

అన్వేషణలో యిటునటు తిరుగాడుచుండును. అది కనిపించగానే దానితో కలిసిపోవును. రజఃకణము సిద్ధముగా లేనిచో కొన్ని గంటల వరకు అచ్చట నిరీక్షించును. లేక దానిని అన్వేషిస్తూ స్త్రీ యొక్క ఓవరీవైపు పయనించును. ఒకవేళ రజఃకణముతో కలవకపోయినచో అది బయటకు స్రవించును. ప్రతి శుక్రకణము, రజఃకణము తల్లి దండ్రుల భిన్న భిన్న గుణముల ప్రాతినిధ్యము వహించు గుణములు కలిగియుండును. ఈ తత్త్వములను యింగ్లీషులో జీన్స్ (Genes) అందురు. అందుచేతనే అన్నదమ్ములందరూ ఒకే గుణములు కలిగి యుండక భిన్న భిన్న గుణములు కలిగియుందురు ఒకరిలో నొక గుణము గల జీన్ వికాసము జెందిన యింకొకరిలో వేరొక గుణము గలిగిన జీన్ వికాసము జెందును. అందుచేతనే తాత మనుమల గుణము లలో పోలిక లుండును. తండ్రిలో యే జీన్‌లు వికాసము జెందవో అవి కుమారునిలో వికసించవచ్చును.

శుక్ర కణములపై మత్తు పదార్థముల ప్రభావము తొందరగా కనుపించును. అందుచేత తనకొరకు కాకపోయినను పిల్లల కొరకైనా మాదక ద్రవ్యములకు దూరముగా నుండవలెను. శుక్రకణము లనేకము లున్నప్పటికి ఒక్క దానికి మాత్రమే రజః కణముతో సంపర్క మేర్పడును. మిగిలినవన్నియు చనిపోయి కడిగివేయబడును. గర్భధారణ తర్వాత స్త్రీ సంయోగము వలన శిశువు పెరుగుదలలో అటంక మేర్పడును. ఒక వీర్యకణము రజః కణముతో సంపర్కము కలిగిన తర్వాత వేరొక వీర్యకణము రజఃకణముతో సంపర్కము గావించదు. సంయోగము తర్వాత లక్షల కణములు కూడా శిశువు పెరుగుదలకు సహాయపడవు. కాని కీడు కలిగించును. అనేకమంది యువకులు యీ చిన్న సిద్ధాంతముతో అపరిచితులగుట వలన వీర్యము నష్టము చేసుకొని నష్టపోయెదరు.

ఒక్కొక్కవైపు ఒక్కొక్క బీజకోశము మాంసపేశములతో వ్రేలాడబడి యుండును. పురుషుని అండకోశముల వలె యివి శరీరము బయటకు క్రిందికి రావు. ఒక్కొక్క బీజకోశములో ఒక్కొక్క ప్రణాళిక యుండును దీనిని ఫెలోపియన్ ట్యూబ్ (Falopian Tube) అందురు బీజకోశముల నుండి రజఃకణము యిదే ట్యూబ్ద్వారా గర్భాశయములో జేరును. అచ్చటనే శుక్రకణ సంయోగము వలన క్రొత్త జీవన మేర్పడును. ఒక్క ఘనపు టంగుళములో 240 రజఃకణము లుంచ గలిగినంత చిన్నవిగా యివి యుండును. శుక్రకణము చైతన్యవంతము గాను, రజఃకణము స్తబ్ధముగాను యుండును సంఖ్యలోకూడా యివి చాలా తక్కువగా నుండును. సామాన్యముగా ఒక నెలలో ఒకే రజః కణము పరిపక్వమగును. స్వాభావికముగా స్త్రీయొక్క రజఃకణము ఆమె గర్భాశయములో జేరిపోవలెను. అచట శుక్రకణముతో సంపర్క మేర్పడినచో గర్భధారణ జరుగును. కొన్నిసార్లు ఆకస్మిక కారణముల వలన రజఃకణము యొక్క స్వాభావిక మార్గము ఆగిపోవును. అట్టి సమయమున రజఃకణము ఉత్పత్తి స్థానమైన ఓవరీ వెనుక భాగములో అంటుకొనిపోవును. గర్భాశయము వరకు చేరదు. ఇట్టి దశలో వీర్య కణము ఓవరీ వరకు చేరినచో అచ్చటనే గర్భము (గర్భాశయములో శిశువు పెరుగుటకు బదులు అండకోశము- ఓవరీలో) పెరుగదొడగును. ఇది అస్వాభావికమైన విషయము. కొన్ని పరిస్థితులలో యితర స్థలము లలో అండవాహిక యుండుచోట రజఃకణము చేరి శుక్రకణముతో సంపర్క మేర్పడినచో అచ్చటనే గర్భము నిలుచును. అది వికృతావస్థను కలిగించును. దానిని దూరము చేయుటకు డాక్టరుయొక్క కత్తి ఆపరేషను రూపములో పనిజేయును. కొన్ని సందర్భములలో డాక్టరు ఆయుధము కూడా పనిజేయక తల్లి మరణించును.

కిశోరావస్థ, యవ్వనము మరియు పురుషత్వము అంతఃస్రావమును శరీరములో యిముడ్చజేయుటయే బ్రహ్మచర్యము

పదునాలుగు సంవత్సరముల ప్రాయమునకు పూర్వము శారీర కోన్నతిలో విశేష పరివర్తన కలుగదు దీని తర్వాత రహస్యమయ సమయము ప్రారంభమగును. 15 సంవత్సరముల బాలుని కన్నుల నుండి ఆతని హృదయరూప పుటలలో వ్రాయబడిన విషయము గ్రహించవచ్చును. బాల్యము యొక్క సరళత అందు గనిపించదు. అవి భావపూర్ణముగా నుండును. చూచే వారితో మాట్లాడుచున్నట్లుండును యువకుల హృదయముల తెరను తొలగించి ప్రత్యక్ష పరచును. ఏ యువకుడు తన హృదయములో ఉప్పొంగెడు భావములను దాచుటకు ప్రయత్నించడు.

ఈ ప్రాయములో మానసిక పరివర్తనతో బాటు శారీరక పరివర్తన కూడా కలుగును. ఈ పరివర్తనలు 15 సంవత్సరముల ప్రాయము నుండి 25 సంవత్సరముల ప్రాయము వరకు సమయాను సారముగా కలుగుచుండును. జీవితము యొక్క యీ సమయము రహస్యములతొ కూడియుండును. పది సంవత్సరముల కాలము ప్రతి యువకుని మస్తిష్కము అనేక గుప్త విషయములను వెదకుటలో ఒంటరిగా నిమగ్నమై యుండును. ఈ కాలమును రెండు భాగములుగా విభజించవచ్చును. కిశోరావస్థ మరియు యవ్వనము. కిశోరావస్థలో శారీరక పరివర్తన ప్రారంభమగును. బాలుర పెదవుల పైభాగము, గడ్డము మరియు జననేంద్రియ ప్రదేశము కేశములతో ఆచ్ఛాదితమగును. స్వరయంత్రము లోతు పెరుగట వలన కంఠధ్వనిలో మార్పు కలుగును ఉత్పాదకాంగము వృద్ధి పొంది జీవిత సారభూత వీర్యము యొక్క

మరియు మనుష్యుల ఆవాస నివాసముల ప్రభావము ఉండును. శీతోష్ణ స్థితి, నీటియొక్క ప్రభావముండును. గ్రామములలో సాధారణముగా తపోమయ జీవితము గడుపు వారికి కిశోరావస్థ ఆలస్యముగా వచ్చును. భోగ విలాస జీవితము గడుపు వారికి త్వరగా మీసము, గడ్డము వచ్చి పెద్దవాడుగా గనుపించును. సమయము కంటె ముందు కిశోరావస్థ వచ్చుట ప్రమాదకరము. ఆశించిన దానికంటె యెక్కువ తెలివి లేక చతురత గలిగియుండుట సందేహాస్పదమైన విషయము. కామవాంఛ త్వరగా కలుగుట జీవితమును నష్టపరచును. ఋతువులో పండిన పంటే సహజత్వము కలిగియుండును. మాగ పెట్టిన పండులో దానికి గల తాజాదనమును పోగొట్టును. తల్లిదండ్రులు మరియు గురువులు దీనిపై యెంత శ్రద్ధ చూపినను అంత తక్కువేయగును.

అయినచో మానవుని శరీరము మరియు మనసు యొక్క యీ ఆకస్మిక పరివర్తనకు కారణమేమి? ఏ రహస్యమయ కారణముల వలన మనుష్యుడు మొదట కిశోరుడు లేక కిశోరీ తిరిగి యువకుడు లేక యువతి మరియు అంత్యమున పురుషుడు లేక స్త్రీగా మారుచున్నారు?

ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానము కనుగొనుటకు పూర్వము గ్రంథుల (glands) పరిజ్ఞాన మవసరము, శరీర క్రియా విజ్ఞానవేత్తల పరిశోధన వలన శరీర రచనలో గ్రంథుల స్రావము యొక్క పాత్ర ప్రముఖముగా కలదని తేలినది. నోటిలో లాలాజల గ్రంథులు (Salivary Glands) ఉండును. దీనినుండి లాలాజలము ఊరును. అందుచేతనే నోరు ద్రవితముగా నుండును. ఒకవేళ యిది స్రవితము గానిచో జీవించుట కష్టమగును. ఆమాశయమునకు దాని గ్రంథు లుండును. వీటినుండి జీర్ణరసము (Gastric Juice) వెడలును. యకృత్ (Liver), అగ్న్యాశయము (Pancreas) మరియు అండములు (Testicles) కూడా స్రావక గ్రంథులు. ఈ స్రావములు కొన్ని జీర్ణము గావించునవి,

తెలియకుండెను. వీటిలో ప్రణాళిక (Ducts) లుండవు. పరిశోధన తర్వాత వీటి రచన యితర గ్రంథుల వలె నుండును. ఇవి ప్రణాళి రహితమై యుండునని తేలినవి. డాక్టర్ డేసిస్ బర్మన్ తన గ్రంథము "ది గ్లాండ్స్ రెగ్యులేటింగ్ పర్సనాలిటీ"లో థైరాయిడ్ మరియు ఎడ్రినల్ స్రావములను వదలుటకు దృశ్యమార్గము కలిగియుండక పోవుటచే వీనిని గ్రంథులుగా పరిగణించలేదని పేర్కొనెను. వీటిని యిప్పుడు ప్రణాళిరహిత గ్రంధుల (డక్టులెస్) శ్రేణిలో చేర్చనైనది.

ప్రణాళిరహిత గ్రంథులను తెలిసికొనుట యొక నూతన అన్వేషణ మన శరీరములో "ప్రణాళిసహిత గ్రంథులలో స్రావము ప్రణాళి ద్వారా ఒక స్థలమునకు జేరును. వాటిని బహిఃస్రావము (External secretion) అని యందురు. ప్రణాళిరహిత గ్రంథుల స్రావము ప్రణాళి లేకపోవుటచే శరీరములోనే యిమిడిపోవును. దానిని అంతఃస్రావము (Internal secretion) అని యందురు. అంతఃస్రావములనే వైజ్ఞానిక భాషలో హార్మోన్లందురు. శరీర రచన శాస్త్ర పండితులు హార్మోన్ల లోపమున్నదని చెప్పినపుడు ఆ వ్యక్తిలో అంతఃస్రావము నుత్పన్నము జేయు గ్రంథులు సరిగా పని జేయుట లేదని గ్రహించవలెను. ప్రాచీన ఋషుల పరిభాషలో దీనినే "బ్రహ్మచర్య" అభావముగా పేర్కొనిరి. "బ్రహ్మచర్య లోపము వలన అన్ని వ్యాధులు కలుగును" అని చెప్పిన దానినే నేటి వైజ్ఞానికులు "హార్మోన్ల లోపము వలన అన్ని వ్యాధులు కలుగు"నని చెప్పుచున్నారు. ఇరువురి అభిప్రాయము లొక్కటే. శరీరక్రియ విజ్ఞానవేత్తల అభిప్రాయము ప్రకారము కొన్ని గ్రంథులు థాయిరాయిడ్ (Thyroid) మరియు ఎడ్రినల్ (Adrinal) వంటివి అంతఃస్రావములను ఉత్పన్నము జేయును. ఆమాశయ లాలాజల గ్రంథుల వంటివి బహిఃస్రావములనే ఉత్పన్నము జేయును,

జేయుచుండిరి. డాక్టర్ పుట్ కథనము ననుసరించి ఇటలీలో 18వ శతాబ్దములో ప్రతి సంవత్సరము నాలుగువేల మంది బాలుర అండకోశములు తీసివేయుచుండిరి. వారు ప్రజలను గాన విద్యలతో సంతోషపరచవలసి యుండెడిది. ఈ బాలుర పురుషత్వము అణచి వేయబడుట వలన వారి కంఠము పురుషుల కంఠధ్వని వలె గాక స్త్రీల కంఠధ్వని వలె సన్నగా నుండుచుండెను.

అండకోశముల అంతఃస్రావము వలన పురుషుల పురుషత్వము బీజకోశముల అంతఃస్రావము వలన స్త్రీలలో స్త్రీత్వము వచ్చును. పురుషుల అండకోశములు తీసివేసినచో వారిలో స్త్రీల వంటి లక్షణములు గానవగును. స్త్రీ పురుషుల సమవికాసము యీ గ్రంథుల వలననే నగును. ఈ గ్రంథులు యెంత పుష్టి లేక క్షీణించియుండునో వ్యక్తులు కూడా అంతే పుష్టి లేక నీరసముగా నుందురు.

అండకోశముల స్రావము బయటకు మరియు లోపలకు ఉండును. అంతఃస్రావము బాల్యము నుండియే ప్రారంభమగును. ఈ అంతః స్రావము శరీరములో యిమిడిపోయి మనుష్యుని బలవంతునిగా జేయును. బహిఃస్రావము శరీరము పరిపక్వ దశయందు యౌవనములో నగును. ఇదే జనన క్రియకు సహాయపడును.

అంతఃస్రావము లిమ్ఫ (Lymph) మరియు రక్తము ద్వారా శరీరములో యిమిడిపోవును. వీటి ద్వారా యిది మస్తిష్కము మరియు మేరుదండములో ప్రవేశించి యొక అపూర్వ శక్తిని ప్రదానము జేయును. ఈ అంతఃస్రావము వలననే గుబ్బము, యెద్దు, పహల్వాను తమ శక్తిని ప్రదర్శింతురు. అంతఃస్రావము నిరంతరము జరిగి శరీరములో యిమిడిపోయినచో శరీరముతో అవయవముల సమవికాసము జరుగును. మోటు ముఖము కూడా అందముగా గనుపించును. ఈ

ఇచ్ఛాపూర్వకముగా వీర్య స్ఖలనము చేయుట కేవలము గృహస్థులు సంతానోత్పత్తికి మాత్రమే ఉచిత సమయమునందు గావించుట దోషము గాదు అట్లుగాక యితర యే ఉపాయము వలననైనను వీర్యము వంటి అమూల్య పదార్థమును వ్యర్థము చేయరాదు.

2. ఇది స్వయముగా స్ఖలించును. వీర్యకోశము మలాశయ, మూత్రాశయముల మధ్య నుండును. రెండును నిండిపోయి శుక్రాశయముపై వత్తిడి పడుటచే ఉత్తేజము కలిగి వీర్యము స్ఖలన మగును. ఇట్టి దోషము కలవారు కడుపు శుభ్రముగా నుంచుకొనవలెను. మల విసర్గ లో ముక్కుట తగదు. నిపుణుడైన వైద్యుని సంప్రదించుట కూడా అవసరమగును. ఈ దోషము రోగ సూచకము.

3. శుక్రాశయము నిండినపుడు పరుండు సమయమున యెట్టి దురాలోచనలు కలిగినను వీర్య స్ఖలనమగును: దీనినే స్వప్నదోష మందురు. శుక్రాశయము నిండకున్నను పగటిపూట చదివిన చెడు గ్రంథముల ప్రభావము వలన లేక యితర ఆలోచనల వలన కూడా స్వప్న స్ఖలనమగును. స్వప్న దోషమునకు రెండు కారణములు గనపించుచున్నవి. శుక్రాశయము నిండుట లేక దుస్స్వప్నములు-దుస్స్వప్నముల వలన కలుగు వీర్య స్ఖలనమును రోగముగా భావించి వైద్యోపచారము జేయవచ్చును. కాని శుక్రాశయము నిండినప్పుడు స్వప్నములో కాని మెలకువలో గాని స్ఖలనము యెంతవరకు అనుచితము ? అనునది ప్రశ్నగానే మిగిలిపోవును.

ఈ విషయమును గురించి ఆలోచించునపుడు యిరవయ్యవ శతాబ్దపు పండితుడైనను లేక మొదటి శతాబ్దపు మిడిమిడి పండితుడైనను వీర్య నాశనమును అనుచితముగానే భావించును. ఉత్పాదక గ్రంధుల అంతఃస్రావము (ఓజము) శరీరములో యిమిడినప్పుడు బహిఃస్రావము

ప్రలోభములలో చిక్కుకొనుటకు పూర్వము అనేకసార్లు ఆలోచించి పతనము నుండి కాపాడుకొనెదరు. కిశోరావస్థ శరీరము వికాసము జెందు సమయము. ఇదే కాలములో శరీరము యొక్క సంపత్తి వృద్ధి జెందును. స్వల్ప సుఖము కొరకై వీర్యము వంటి అమూల్య సంపదను వ్యర్థపరచుకొను వారి దౌర్భాగ్యమును చూసిన విచారము కలుగును. కామకతను కలిగించు అశ్లీల చెడు విషయములు అంతఃస్రావమును ఆటంకపరచి బహిఃస్రావమును కలిగించి యువ సమాజమునకు నష్టము కలిగించును. యువకమండలిలో భోగ విలాసములకు లోటు లేదు. ఈ దశలో అంతఃస్రావము దాదాపు అంతరించుచున్నది. ఉత్పాదకాంగములను అలయ జేయక బహిఃస్రావము కాదు. ప్రాచీన ఋషులు, ఆధునిక శారీరక విజ్ఞానవేత్తల ననుసరించి ఉత్పాదకాంగము అలిసిపోవుటవలన అంతఃస్రావము శరీరమంతా యిముడుట ఆగిపోవును.

శరీర సమవికాసము కొరకు అంతఃస్రావము, బహిఃస్రావము రెండును అవసరమే. బహిఃస్రావము అధికమైనపుడు అంతఃస్రావమునకు ఆటంక మేర్పడును. బహిఃస్రావమును కూడా అంతఃస్రావముగా మార్చుట వలన శరీరములో అద్భుతమైన శక్తి కలుగును. అంతః స్రావమును బహిఃస్రావమును శరీరములో ధరించి కిశోరావస్థ, యవ్వనము మరియు పురుషత్వములను సక్రమముగా వికాసము జెందునట్లు జూచు కొనుట యువకుల కర్తవ్యము. వీర్యనాశము ద్వారా అంతఃస్రావములో ఆటంకము కలిగించుట వలన కిశోరుని కిశోరుడుగా నుండనీయదు. యువకుని యౌవనమును, పురుషుని పురుషత్వమును అంత మొందించును.

ఇంద్రియ నిగ్రహము

స్వాభావిక జీవనము : మనము జీవితము గడిపే అస్వాభావిక పరిస్థితులలో నేడు బ్రహ్మచర్యము ఖండితము గాకుండ యుండుట

సంయమ పురుషులను ఊర్ధ్వ రేతస్కులు లేక ఆదిత్య బ్రహ్మచారు లనుచుండిరి. వారి వీర్యము జీవిత పర్యంతము స్ఖలనము గాకుండా యుండెడిది. కాని యీ ఆదిత్య బ్రహ్మచర్యము సామాన్యులకు అనుసరణీయము గాదు. ఆదిత్య బ్రహ్మచర్య దీక్ష తీసుకొనలేని వారికి బహిఃస్రావ కాలమునే వివాహ సమయముగా అనగా యువకులకు 25 సంవత్సరములు, యువతులకు 16 సంవత్సరములుగా నిర్ణయించ నైనది. పురుషునకు అండకోశముల నుండి శుక్ర కణములు విడివడి శుక్రవాహిని నాళముల ద్వారా శుక్రాశయములో ప్రవేశించి స్వాభావిక ముగా పురుషునిలో ఉత్తేజమును కలిగించును. ఈ దశలో వివాహము జరిగినచో అంతఃస్రావములో ఆటంక మేర్పడదు. స్త్రీ పురుషులకు హానికి బదులు లాభమే కలుగును.

కాని నేటి అస్వాభావిక యుగమునందు స్వాభావికతను గురించి ఆలోచించు అవకాశమే లేదు. దూషిత పద్ధతులచే కృత్రిమ ఉపాయముల ద్వారా వయసు రాకపూర్వమే బహిఃస్రావము కలిగించుకొనుచున్నారు. స్వాభావిక జీవితము నేడు కాల్పనిక విషయముగా మారినది. వర్తమాన జీవన విధానము తెలుసుకొనుటకై అస్వాభావిక, అప్రాకృతిక జీవనము నధ్యయనము చేయుట అవసరమై యున్నది. ప్రకృతి నియమముల నెట్లుల్లంఘించుచున్నామో తెలిసికొనవలసి యున్నది.

అస్వాభావిక జీవనము

నేటి రోజులలో నామమాత్రమునకైనను సంయమము గన్పించదు. రెండు విధముల యింద్రియ సంయమమునకు నేడు విఘాతము కలుగుచున్నది. ఒకటి తెలిసిజేయుట, రెండు తెలియక జరిగిపోవుట.

అస్వాభావిక జీవనము రెండుగా విభజించవచ్చును. 1. తెలిసి, 2. తెలియక. తెలిసి సంయమహీనత ముష్టి మైధునము, పత్నీ వ్యభిచారము, వేశ్యా వ్యభిచారము. తెలియకుండా జరుగు సంయమ హీనత స్వప్నదోషము.

ఆత్మ వ్యభిచారము లేక ముష్టి మైథునము

నేటి అస్వాభావిక పరిస్థితుల ప్రభావము నేటి యువతీ యువకులపై తప్పక యుండును. చిన్న వయస్సులోనే వారి జీవితము అశాంతికి గురియగును. వారు హృదయములలో చెలరేగు మానసిక వికారముల భావనలను అర్థము చేసికొనలేరు. ఈ వికారముల నిరోధించు శక్తి వారికి లేదు. విషయ వాసనలచే కన్నులు మూసికొనిపోయి బుద్ధి చలించునట్టి పరిస్థితులు సామాన్యముగా అనేకము కలుగుచుండును. క్షణిక ఆనందమునకై తాను ఆ జీవన పాప భారమును నెత్తిపై మోయును. జననేంద్రియము అతి పవిత్రమైనది. సృష్టికర్త యొక్క ఉత్పాదక శక్తికి ప్రతినిధి. మనుష్యుడు యీ ఉత్తమ శక్తిని అవమానపరచును. కృత్రిమ సాధనములతో- హస్తస్పర్శతో మరియు బోర్లా పడుకొని లేక యితర ఉపాయములతో జననేంద్రియమును ఉత్తేజపరచును. మరియు శక్తియొక్క అపార నిధియైన వీర్యమును గోల్పోవును. ఇది మహా పాతకము. తన ఆత్మను పరోక్షముగా హత్య గావించుట యగును. దానినే ముష్టిమైథున మందురు. దానికే ఆత్మ వ్యభిచారమను పేరు పెట్టబడినది.

ఈ పాపమును మనుష్యుడు ఒంటరిగా, రహస్యముగా జేయును. అందుచేత యితర పాపముల కంటె యిది యెక్కువగా వ్యాపించి యున్నది. ఒకసారి దీని వేగమునకు లొంగిన వాడు జీవితాంతము వ్యసనములకు బానిసగా మారిపోవును. సంకల్ప శక్తి గోల్పోవును,

పరిణామముగా భావింతురు. కాని వాస్తవముగా యీ బలహీనతలకు దురలవాట్లలో బాల బాలికలు చిక్కుకొనుటయే యగును.

యువకులు ముష్టిమైథునము వంటి అలవాట్లకు గురియగు పరిస్థితుల చర్చించుట యిచ్చట అప్రాసంగికము కాదు. ఈ కోరిక యుత్పన్నమగుటకు భౌతిక మరియు మానసిక స్థితిగతులు కారణభూత మగుచున్నవి. కాని యిది భౌతిక కారణము వలన కలిగినదో లేక మానసిక కారణము వలన కలిగినదో విశ్లేషణ గావించజాలము. ప్రతి కామోత్తేజములో యివి రెండును మిశితములై యుండును. భౌతికము మానసికము కొరకు మరియు మానసికము భౌతికము కొరకు కారణభూతమగును. కాని యే విషయమై చర్చించుచున్నామో తత్సంబంధముగా మానసిక, భౌతిక విషయ భేదమును గ్రహించుట అవసరము. కొన్ని పరిస్థితులలో శారీరకము మరికొన్ని పరిస్థితులలో మానసికము యీ ఉత్తేజమునకు కారణమగును. ఈ రెండు దశలలో పరిణామము యొకే రీతిగా నుండును.

భౌతిక కారణము

మానవ శరీరము పరిపక్వమై స్వాభావికముగా బహిఃస్రావము ఉత్పన్నమైనపుడు విషయ వాసనను జాగృతపరచును. అప్పుడు ఉత్తేజము కలుగును. అప్పుడు వివాహము జరిపించవలసి యుండును. వివాహము జరిపించకపోయినచో వారి మానసికస్థితి బలహీనముగానున్న ఎడల ఉత్తేజమును శాంతపరచుటకై వారు అస్వాభావిక కృత్రిమ పద్ధతులు అవలంబింతురు. వారు ముష్టి మైథునము వంటి ఆత్మ వ్యభిచారమునకు అలవాటు పడెదరు. వివాహము జేసుకొని నియమబద్ధముగా జీవితము గడుపు వారికి హస్త మైథునము వలన కలుగునట్టి నష్టములు వాటిల్లవు. పతి, పత్నియొక్క ప్రేమమయ, భయరహిత ఆలింగనము వలన ఒక

రాబట్టవలెను. చేతిని పవిత్రముగా నుంచుట వలన కలుగు లాభమును, పవిత్రముగా నుంచుకొనకుండుట వలన కలుగు నష్టమును వారిచేత అంచనా వేయించవలెను.

జననేంద్రియముపై ఆకస్మికముగా వత్తిడి పడుట వలన కూడా బాలబాలికలు ముష్టి మైథునమునకు గురియగుదురు. డా॥ ఎల్బర్ట్ మౌల్ ననుసరించి గుఱ్ఱపు సవారి, కుట్టు మిషను తొక్కుట, సైకిలు సవారి మరియు రైలు ప్రయాణము వలన కూడా ఉత్తేజము కలుగును. ఈ ఉత్తేజనయే ముందు ముందు ముష్టి మైథునమునకు దారితీయును. అందుచేతనే ప్రాచీన కాలములో ఆచార్యులు బ్రహ్మచారుల నుద్దేశించి "గవాశ్వ హస్త్యుష్ట్రాది యానం వర్జయ" యని యుపదేశించినారు. సాధ్యమైనంత వరకు యెద్దు, గుఱ్ఱము, యేనుగు, ఒంటె మొదలగువాని సవారి మానుకొనవలెను. ఒకసారి యీ దురలవాట్లకు లోనైనవారు సిగ్గు విడిచి అనేక ఉపాయములు అన్వేషించెదరు. ఒక రచయిత ననుసరించి "వారు కుర్చీ, బల్ల మొదలగు వాటిని ఆనుకొని వంగి నిలబడెదరు. చూచు వారికి సామాన్యముగా నిలబడినట్లు తోచును. కాని మర్మాంగముపై వత్తిడి పడునట్లు చూచుకొనును. ఈ విధముగా పిల్లలు ఆత్మ వ్యభిచారము వంటి దుష్కార్యములకు లోనగుటయే గాక తల్లిదండ్రుల యెదుట యితర దుష్కృత్యములు కొనసాగించెదరు. వారికి హితము చెప్పువారు కలుగబోవు దుష్పరిణామముల గురించి హితోపదేశము చేసినచో అనేకులు యీ దురలవాట్ల నుండి కాపాడబడి యుందురు.

అనేకమంది బాలురు బోర్లా పడుకొని చదువుట, వ్రాయుట జేయుదురు. దీనివలన కూడా అంగముపై వత్తిడి పడును. ఈ ప్రయోగములు ప్రపంచ జనుల కన్నులలో దుమ్ము కొట్టుటకు జేయ బడినవి. పగలు పన్నెండు గంటలకు కూడా యీ దుష్కృత్యములకు

చున్నది అని తెలిపెను. బాలురకు భోజనములో గ్రుడ్డు, మాంసము, కారము, మసాలా మిఠాయి, చాయ్, కాఫీ మరియు అప్పుడప్పుడు సారా యివ్వవలెనని కోరుకొనుట మరియు పవిత్ర జీవనము గడుపవలెనని కోరుకొనుట పరస్పర విరుద్ధ విషయములు. ఒకవేళ 5, 10 సంవత్సరముల ప్రాయము గల దేవదూతకు గూడా యిట్టి భోజనము పెట్టినచో వారు కూడా ముష్టి మైథునమునకు అలవాటు పడెదరు. అటువంటప్పుడు మానవమాత్రుడైన బాలున కిట్టి ఆహార మిచ్చుట వలన పైతృక, కుసంస్కారములకు యివి తోడై పవిత్రత కాపాడు కొనుట యెట్లు అసంభవమో ఊహించవచ్చునని పేర్కొనిరి.

4. అనేకుల కోమల వయస్కుల వసంతమయ నవయౌవనమును సేవకులు హరించెదరు. బాలుడు యేడ్చినప్పుడు దాయీలు వారి మర్మాంగములపై చేతితో జో కొట్టుదురు. దానివలన వారి ధ్యానము దీని వలన కలుగు ఆనందములో నిమజ్జించబడును ఆ సమయములో రాబోవు భయంకర పరిణామముల గూర్చి వారు ఆలోచించి యుండరు. అనేక సేవకులకు, సేవకురాండ్రకు పిల్లల గుహ్యేంద్రియములతో ఆడు కొనుట సరదాగా యుండును. వారి విషయ వాసనను కూడా యిట్లు శాంతపరచుకొందురు. దీని వలన పసివారి మనస్సులు దూషితమగును. ఈ పరిణామము యొక్క బాధ్యత నౌకర్లతో బాటు తల్లిదండ్రులపై నుండగలదు. నౌకర్ల కప్పగించి వారి జీవితములను అంధకారమయ మొనర్చుచున్నారు. కొందరు పెద్దలు. తల్లిదండ్రులు కూడా బాలుర జననేంద్రియముతో ఆడుకొందురు. వారు బాలుర భవిష్యత్తును నాశనము జేయవలెనను కోరికతో యిట్టి పనికి పూనుకొనకపోయి నప్పటికి వారి అజ్ఞానము మరియు మూర్ఖత్వము యిట్టి చేష్టకు పురి గొలుపును. వారికి తమ కుకృత్య పరిణామము తెలిసినచో ప్రాయశ్చి త్తము చేసుకొని యుండెడివారు. బాలురు ఒకవేళ యీ కామపిశాచ

విద్యార్థులలో అధిక సంఖ్యాకులు యిది తప్పని భావించుచుండిరి కాని ఈ విషవలయము నుండి తప్పుకొనజాలక పోయిరి. ఒకరోజు నా చెవిలో హస్తమైథునము మనుష్యుని బలహీనుని జేయుననెడు విషయము పడెను అది యథార్థమని నాకు గోచరించెను. బాల్యావస్థలో జేసిన హస్త మైథునము యొక్క దుష్పరిణామము వయసు ఉడుగుచున్న కొలది కనిపించుచుండును. ఈ దురభ్యాసము నుండి విముక్తి జెంద వలెనని కోరిక నాకు కలిగినది. రాబోవు పరిణామముల గురించి నా హృదయము ప్రకంపనము జెందుచుండెను.

ఈ అలవాటు నుండి విముక్తి కలిగినది కాని బాల్యముననే పతనమగుట వలన వ్యాధిగ్రస్తుడ నైతిని. పాఠశాలలో ఈ విషయము నెదురించుట అసాధ్యమైనప్పటికి దానివలన నా హృదయము నిర్వీర్యమై నరములు కంపము జెందుచుండెను. పరిణామ మింకను భయంకరముగా కలిగెను. పుస్తకములలో ఈ దురభ్యాస పరిణామము దానికి ప్రకృతి యిచ్చు శిక్షను గూర్చి చదివి కంపించిపోయితిని. మతిభ్రమణ కలుగు నేమోయను సందేహము కలుగుచుండెను. ఈ దురభ్యాసము నుండి యింకను దూరము కాలేనేమో యనిపించుచున్నది. జాగ్రదావస్థలో నేను యెట్టి విషయ వాసననైనను యెదురించగలిగి యుంటిని కాని ఒక రాత్రి నేను నిదురకు, జాగదావస్థకు మధ్య దశలో నుంటిని. ఆ స్థితిలో మనిషి చైతన్యవంతుడై యుండడు. అట్టి స్థితిలో నేను ఈ దురభ్యాసము వైపు లాగబడుచుంటిని. దేవాసుర సంగ్రామము జరుగుచుండెను. అసుర శక్తులు దైవ శక్తుల నణచు ప్రయత్నములో నుండెను. ఇట్టి దశ నాకు చాలా బాధ కలిగించెను. ఈ అభ్యాసము నుండి దూరమగుటకు అనేక ప్రయత్నములు చేసితిని. బోర్ల పడకుండ నుండునట్లు నన్ను నేను బంధించుకొని పడుకొనుచుంటిని. దీనివలన ఈ దురభ్యాసము నుండి దూరమగుటకు సహాయము కలిగెను.

పరిహాసోక్తులు నేటి యువకుల అభిరుచులకు దర్పణము. సినిమాలు, నృత్య గీతములు, యువకుల శారీరక, మానసిక స్థితిని దూషిత మొనర్చును. వీరినుండి యింద్రియ నిగ్రహము, బ్రహ్మచర్యము నాశించుట కేవలము భ్రమ మాత్రమే యగును. ప్రాచీన కాలములో బ్రహ్మచారులకు "నర్తనం గీతవాదిత్రం వర్జయ" నృత్య గానములను విసర్జించవలసినదిగా ఆదేశించబడినది.

2. "కుత్సిత కల్పనలు" ఒకవైపు బాలబాలికల జీవితములను నాశనము జేయును. రెండవవైపు ఆలోచనలు దాని ప్రేళ్ళను సడలించును. ప్రకృతి విరుద్ధ మార్గముల ననుసరించుటయే ఈ చింతకు కారణము. మనసుపై విచార భారము వేయును. విచారములో మునిగిన వారు హస్త మైథునమునకు అలవాటు పడెదరు దీనివలన వారి స్నాయుతంతువు బిగింపుల కొంత సడలును. క్షణిక ఉత్తేజములో మునుగుచున్న మనసునకు కొంత వికాసము కలుగజేయును. విచారము వలన కలుగు మానసిక వ్యథను మానవు డధిక సమయము వరకు సహించలేడు. తన మనసుయొక్క బరువును తేలిక పరచుకొనుటకై ఈ చౌకబారు ఉపాయము నెన్నుకొనెను. ఈ ఉపాయము యింకను పెద్ద బరువు కాగలదని ఆలోచించికపోవుట శోచనీయము. వీర్య నాశము కొద్ది కాలములోనే మనిషిని నిర్వీర్యుని చేయగలదు. పూర్వపు కామోత్తేజన చింతనతో పాటు నిర్వీర్య చింత తోడగును. డా॥ ఎల్బర్ట్ ఒక యిరవై సంవత్సరాల యువకుని అనుభవముల నిట్లు వర్ణించు చున్నాడు.

ఆ యువకునకు 16 సంవత్సరముల ప్రాయములో కామోత్తేజన భావము కలిగెను. అంతకుపూర్వమే అతని మిత్రులు అతనితో హస్త మైథున విషయ చర్చ గావించిరి. కాని అతడు తనను చెడి పోకుండా కాపాడుకొనెను. ఉన్నత శ్రేణిలో చదువుచున్న రోజులలో

యొక్క విలువ తెలియదు. మనము కాలమును వ్యర్థముగా వినియోగ పరచెదము. నరనరాలలో సోమరితనము, బద్ధకము నిండియున్నది. నవలలు చదువుట, సినిమాలు చూచుట వంటి సభ్య సమాజ సోమరితనము మన పాపములను రెట్టింపు జేసినది.

ఇంతవరకు మానవ సమాజ అస్వాభావిక పతనము యొక్క భౌతిక మఱియు మానసిక కారణములను విచారించితిమి. ఇప్పుడు వాటి పరిణామములను గుఱించి ఆలోచించవలసి యున్నది. హస్త మైథునము లేక అప్రాకృతిక మైథునము యొక్క పరిణామములను మూడు భాగములుగా విభజించవచ్చును. 1. శారీరక పరిణామము, 2. మానసిక పరిణామము, 3. ఆత్మిక పరిణామము.

<u>శారీరక పరిణామము</u> : హస్తమైథునము యొక్క దుష్టపరిణామము శరీరముపై ఆవశ్యముండును. జననేంద్రియముపై కూడా దీని దుష్ట ప్రభావముండును. దీనితో కలుగు వీర్యనాశనము వలన వీర్యవాహిని నాళిక పూర్తిగా ఖాళీకాదు. మిగిలిన వీర్యము మూత్రవాహినీ నాళము లోనికి ప్రవేశించి మంట కలిగించును. ఆ మంట అప్పుడప్పుడు యీ అలవాటు కల వ్యక్తికి మూత్రములో కూడా దురద, మంట కలుగును. మూత్రాశయము పని మందగించును. మాటిమాటికి మూత్రమునకు పోవలసిన అవసర మేర్పడును రాత్రి నిదురలో స్వప్న దోషమగును. ఈ అలవాటుకు గురియైన వారికి మొదటమొదట స్వయముగా ఉత్తేజన కలుగును. క్రమశః జననేంద్రియము శిథిలావస్థను జేరి ఉత్తేజము కలుగుట ఆగిపోవును. నాడులు బలహీనమైన ఉత్తేజమునకై తీవ్ర ఉపాయములు చేయవలసివచ్చును. అలసిపోయిన గుఱ్ఱమును దూరప్రయాణము చేయించవలసి వచ్చినప్పుడు దానిని కొరడాతో యెక్కువగా కొట్టవలసి వచ్చును. ఇది ప్రకృతి నియమము

హస్తమైథునము వంటి దురలవాట్లకు లోనైన వారికి కలుగు వ్యాధులను లెక్క పెట్టలేము. కాముకత యొక్క తీవ్ర ప్రభావముల వలన మానవుని స్నాయు శక్తికి తీవ్ర అఘాతము కలుగును. వీర్యములో ఈ స్నాయు శక్తి గలదు. ఒక ఔన్సు వీర్యము 40 ఔన్సుల రక్తముతో సమానము. స్నాయు శక్తి లోపము వలన శరీరము అన్నిరకముల రోగములను ఆహ్వానించును.

పైన పేర్కొనిన వ్యాధులు వీర్యనాశము వలన యేర్పడి మొదట తీవ్ర రూపముగా నుండకపోయినను వీర్యరక్షణ పట్ల శ్రద్ధ వహించని యెడల తీవ్రరూపము ధరించును. కాని యీ జబ్బులు మంచివారిలో కూడా కొందరిలో కలుగ వచ్చును. అటువంటప్పుడు యిది సరికాదని ఆరోపణ చేయుదురు. ఇట్టివారే బ్రహ్మచర్యమునకు అపవాదు కలిగించుచున్నారు. ఒక వ్యభిచారి సుదృఢమైన శరీరము కలిగియుండి, ఒక సచ్ఛీలుడు రోగగ్రస్తమైన శరీరము కలిగియున్నచో ఆ వ్యభిచారిని బ్రహ్మచర్యము కాపాడిన వానిగా ఆ ఉత్తముని వీర్య నాశనము గావించిన వానిగా పేర్కొనలేము. అందుచేత బ్రహ్మచర్యపు సరియైన యెల్లలు తెలిసికొనుట యెంతయో అవసరము.

మానసిక పరిణామము: మనసుయొక్క భౌతిక ఆధారము మస్తిష్కము. మనసుద్వారా ఆలోచించు ప్రత్యేక క్రియలు మస్తిష్కము ద్వారా జరుగును. దేనివలననైన మస్తిష్కముపై ప్రభావము పడినచో దాని ప్రభావము మనసుపై కూడా నుండును. దురలవాటును గురించిన ఆలోచనా ప్రభావము శరీరముపై, మనసుపైకూడ నుండును. మస్తిష్కము మానవుని జీవనకేంద్రము. అతిసున్నితమైనది. అది లేకుండా మానవుడు ఆలోచించలేడు. మఱియు కదల లేడు. హస్తమైథునము యొక్క తీవ్ర ప్రభావము మస్తిష్కముపై నుండును. ఏ విధమైన మైథునమైనను

హస్తమైథునమునకు అలవాటు పడిన వ్యక్తి తన వీర్య నాశనము చేత మస్తిష్క తత్త్వమును ప్రవహింప జేయుచున్నాడని గ్రహించుట మంచిది. ఈతడు నిస్తేజుడై మూర్ఛవంటి అనేక మానసిక రోగములకు గురియగును. నిరంతరము దుఃఖసాగరమున మునిగియుండి తప్పించుకొనుటకు నృత్య గానములకు వెళ్లును. మత్తు పదార్థములకు అలవాటు పడును. ఇట్లాతడు తన సర్వనాశనమునకు మార్గము సుగమము జేసికొనుచున్నాడు ఆత్మికశాంతి గోల్పోయి సదాదుఃఖములో మునిగియుండును. అతి చురుకైన బాలురు కూడా యీ దురభ్యాసము వలన విద్యలో వెనుక బడెదరు. తల్లిదండ్రులు, అధ్యాపకులు, మిత్రులు అతని అవనతికి ఆశ్చర్యము జెందెదరు. కాని శారీరక శాస్త్రము చదివిన వారికి ఆశ్చర్యము కలుగదు. విద్యార్థులు తమధ్యానమును కేంద్రీకృత మొనర్చుటకు, జ్ఞాపకశక్తి వృద్ధి జేసుకొనుటకు ఇంద్రియ నిగ్రహ మొక్కటే మార్గము.

చిన్న మస్తిష్కము కాముకతను మఱియు శారీరక గతులను నియంత్రణ యందుంచును. కాముకుడు విషయలోలు డగుటచే అతని మస్తిష్కము త్వరగా అలసి పోవచ్చును. పరిణామముగా అతనికి కీళ్లనొప్పులు మొదలై నడచుటలో తప్పటడుగులు వేయును. జ్ఞానేంద్రియము లన్నియు శక్తిని గోల్పోవును. అతడు తనకు తానే బరువై నిరాశకు లోనై తనను తాను అంత మొందించుకొనును.

ఇంద్రియ నిగ్రహ అభావము చేత నడుములో నొప్పి, వెన్నెముకలో నొప్పి, ఒక్కొక్కప్పుడు పక్షవాతము వచ్చు అవకాశములు గలవు. రాత్రి పూట నిదురపట్టకపోవుట జరుగును. వీర్యనాశనము వలన అన్ని రోగములు అవశ్యముగా కలుగునని భయపెట్టుటకాదు. కాని అట్టి రోగములు యేర్పడుటకు అవకాశములు కలవని వైద్యుల అభిప్రాయము.

ఆత్మిక బలము లుప్తమగును. అటుపై ఉపేక్షించుట జరుగును. తదుపరి హస్తమైథునము సామాన్య విషయముగా మారును. ఆత్మ నిదురపోవును. జీవితము కామోద్రేకముతో కూడుకొని ఔన్నత్య మార్గము గగన కుసుమ మగును. క్షణికోద్రేకముతో జరుగరాని పాపములు కోట్లకు లెక్కెను. జీవిత భారమును భుజస్కంధాలపై మోయుచు దుర్వ్యసనముల యొక్క బానిస మానాభిమానమును, ధర్మమును తృణీకరించి భూమిని తన భారము నుండి విముక్తి జేయు ఘడియలకై యెదురు చూచుచుండును.

"ఇంద్రియ నిగ్రహము" "ఆత్మవిశ్వాసము" లేశమాత్రమైనను లేని వ్యక్తి దుర్వ్యసనములలో చిక్కుకొనును. అభ్యాసపు సంకెళ్లలో బంధించబడును. 'ఒకేసారి' 'ఒక నిముషము' 'ఇదే చివరసారి' యను ఆలోచనలు కలుగను. మానవ సంతానమును మార్గభ్రష్ట మొనరించుటకై అభ్యాసమను పిశాచి ప్రలోభములకు గురిచేయును. అంతరాత్మ హెచ్చరికను ఉపేక్షజేసి, యిచ్ఛాశక్తి లేక ఆత్మిక పతనము చరమ స్థాయికి జేరును.

<u>చికిత్స</u> : తన దుశ్చేష్టకు కారణములను తెలుసుకొనుటలోనే దాని చికిత్స యిమిడియున్నది. కారణములను తొలగించినచో చికిత్స స్వయముగా కాగలదు. ఈ సంబంధముగా యెట్టి యిదమిత్థ నియమములను యేర్పరచజాలము. ప్రత్యేక వ్యక్తికి ప్రత్యేక సమస్య లుండును. వాటిని నివారించుటకు ప్రయత్నించవలెను. ఇచ్చట కొన్ని సామాన్య నిర్దేశము లందరకు వర్తించునవి యివ్వబడినవి.

దుర్వ్యసనముల వలన కలుగు భౌతిక కారణముల వలన తల్లిదండ్రులు, గురువులు, బంధువులు, మిత్రులు సరియైన సమయములో సరియైన చర్య తీసుకొని యుండినచో యిట్టి స్థితికి జేరక

3. జననేంద్రియమును పరబ్రహ్మ యొక్క ఉత్పాదక శక్తి చిహ్నముగా మాత్రమే భావించవలెను. అటువైపు ఆలోచన కలిగి నపుడు మన ఆలోచనలను ఆధ్యాత్మిక విషయముల వైపు మళ్ళించ వలెను. అనవసరముగా యింద్రియ స్పర్శ జరుపరాదు. భయము, లజ్జ కలిగించు రహస్య కృత్యముల వైపు మనసు పోనీయరాదు. ఇది పాపమును గుర్తించు కార్యము. తల్లిదండ్రులతో రహస్యముగా నుంచ బడు విషయములు అనుచిత మను భావము బాలకునకు కలిగించవలెను.

4. జననేంద్రియ అగ్ర భాగమును, చర్మపు పొరను తొలగించి శుద్ధ భావముతో ప్రతి నిత్యము కడుగవలెను. ఈ సమయములో మనసునందు పరమాత్మని మాతృశక్తి భావన కలుగవలెను. ముక్కు, చెవి మొదలగు అవయవములను శుభ్రపరచునట్లు యీ అవయవమును శుభ్రపరచవలెను. అగ్రభాగము యొక్క చర్మము పొడుగుగా నున్నప్పటికి, యిరుకుగా నున్నప్పటికి డాక్టరును సంప్రదించి దానిని కత్తిరించవలెను. శుభ్రము చేయకుండుట వలన శిశ్న మొండెముపై పుండ్లుగాని వాపు, దురదగాని రావచ్చును. దానికై భయపడ నవసరము లేదు. తనను చెడిపోకుండా కాపాడుకొనిన వానిని వ్యాధు లేమియు చేయజాలవు. అంటువ్యాధుల ప్రకటనలను చూచిన వారు సాధారణ దురదకు భయపడెదరు. అశుభ్రత వలన మంట మొదలగునవి కలిగినచో యీ క్రింది ఔషధములను ఉపయోగించుట వలన ఆ బాధలు ఉపశమనము జెందును.

(క) <u>అల్లోపతి మందు</u> : డస్టింగ్ పౌడరు నుపయోగించవలెను. నీటితో శుభ్రపరచి బోరిక్ ఆయింటుమెంటు పెట్టవలెను. ఇది డాక్టర్లందరి వద్ద లభించును.

నడుమును వంగనీయకుము. అటువంటప్పుడు దుశ్చేష్ట భూతము నీ ముందెట్లుండును ? బలహీనమైన మనోశక్తి దురాలోచనకు, దుశ్చేష్టలకు దారి తీయును. సంకల్ప శక్తిని ధృఢపరచుకొను అభ్యాస మొనరించుము. దీనికై లభ్యమైన సాహిత్యమును అధ్యయనము జేయుము. ప్రొ. జేమ్స్ తన "Principles of Psychology" లో అభ్యాసమును గురించి వ్రాసిన అధ్యాయమును పఠించుడు. అందు చక్కగా వివరణ యీయబడినది. దానిని చదువుట వలన మనుష్యులలో "స్నాయు చక్రము"తో మనోశక్తిని పెంచుట కెట్టి సంబంధము గలదో స్పష్టమగును. అందు యివ్వబడిన నిర్దేశములు క్రియాత్మకములై ఉపయోగకరమైనవి. అవి సంక్షేపముగా యీ క్రింద యివ్వబడు చున్నవి.

1. మొదటి నియమము : క్రొత్తగా చేసుకొనదలచిన లేదా విడిచిపెట్ట దలచిన అభ్యాసమును పూర్తి మనోబలముతో సాధింపుము. ధృఢచిత్తముతో సంకల్ప మొనరించుము. మీనమేషములు లెక్కపెట్ట వద్దు. దాని నాచరణలో పెట్టుటకై సాధ్యమైన పద్ధతులను, ఉపాయము లను అవలంబించుము. అందరి యెదుట ప్రతిజ్ఞ యొనరించుము. ఆత్మను ఉద్దేశించి నెమ్మది నెమ్మదిగా తనను తానే నిర్దేశించుకొన వలెను. "నేను యీ దురలవాటును విడుచుచున్నాను. పూర్తిగా విడుచు చున్నాను. విడిచిపోయినది. తిరిగి యెప్పటికి రాదు" అను శబ్దములు మాటిమాటికి పునరావృత్త మొనరించుకొవవలెను. ఏకాంత ప్రశాంత స్థానమున రాత్రి పడుకొనే ముందు, ఉదయము మేల్కొనగానే యీ వాక్యములనే పునరావృత్త మొనరించుకొనవలెను. దీని ప్రభావ మే మంత్రమునకు తీసిపోదు. మంత్రము యొక్క ఉద్దేశ్యము ఆత్మలో శక్తి సింపుటయేయై యున్నది. మొదట ప్రలోభన మెదుర్కొనుట కష్టముగా తోచెడిది కాని యిప్పుడు ప్రలోభములో పడుట దుష్కరము

వైపు నుండియే యివ్వవలసి యుండును. ఒక్కొక్కసారి భీమా చేయించిన వ్యక్తి తన జీవితములో దానివలన కలుగు లాభమును పొందలేక పోవచ్చును. ఒకవేళ యిల్లు తగులబడినచో సర్వనాశము గాకుండా భీమా చేయుట వలన కాపాడబడును. అటులే ప్రతి దినము ధీరత్వము, వీరత్వము, త్యాగము, ధనము మరియు సంకల్పము యొక్క యేదో ఒక కార్యము అవసరము లేకున్నను జేయుచు పోయినచో అతడు తన మానసిక, ఆత్మిక శక్తులను భీమా చేయించిన వాడగును. పరీక్షలలో పర్వతము వలె దృఢముగా నుండును.

రెండు రకాల మనుష్యులకు సమాజములో భయము కలదు. మహాత్ములు మరియు పాపులు. ఇందు నీవు మొదటిశ్రేణికి జెందనిచో రెండవ శ్రేణికి జెందెదవు. కుత్సిత సంకల్పము నీ హృదయ పటలము నందు ప్రపంచము నందు గన్పించని చిత్రము రచించి నీ సర్వ నాశనమునకు దారితీయును. కుత్సిత సంకల్పములు లేని పవిత్ర హృదయములలో దుశ్చేష్టలకు అవకాశము లేదు. మంచి పుస్తకములు చదువుము. ముద్రణాలయములు పెరిగి కోకొల్లలుగా పుస్తకములు ముద్రించబడుచున్నవి. డబ్బు కొరకై యిష్టమొచ్చినట్లు వ్రాయు చున్నారు. సోమరిగ నుండక చెడు సహవాసమును వదలివేయుము. సోమరితనము దుశ్చేష్టలకు దారితీయును. మనసునకు కోతివలె యేదో ఒక పని దొరకవలెను. పనులను మార్చుటయే మనసుకు విశ్రాంతి. మనసులో పవిత్ర ఆలోచనలు, పవిత్ర సంకల్పములు నింపుకొనిన యెడల దుష్కార్యములలో చిక్కుకొను అవకాశము లేదు.

మూడు విషయములు మనసుపై విషము వలె పనిచేయును. సోమరితనము, కుత్సిత సంకల్పము చింత. మనసు రిక్తముగా నుండుట సోమరితనము. దుర్వాసనతో కూడిన మనోభావములు కుత్సిత సంకల్పములు. మనుష్యుని మనస్సులో సంకల్ప వికల్పములు

ఉత్పత్తి" "Sexual or Bi-Parental Generation"అగును. ప్రాణి రచనలో పుంస్తత్వము మరియు స్త్రీతత్వము రెండును పనిజేయును. అమీబా వలె మూలతత్వము యొక్క సగభాగము విడిపోయిన పని జరుగదు. రెండు భిన్న భిన్న తత్వము లగుట చేత వాటి కలయిక వలన కొత్త గుణములు ఉత్పన్నమగు అవకాశము కలుగును. ఏ భిన్న భిన్న శరీరముల ద్వారా యీ రెండు తత్వములు ఉత్పన్నమగునో అవి తమ ఆయుర్దాయమును గడిపి నశించును. కాని వాటి గుణములు యీ రెండు తత్వములు - శుక్ర కణములు మరియు రజః కణముల ద్వారా అమరము అగుచున్నవి.

శుక్ర కణములు మరియు రజః కణముల సంయోగములో ఏ నియమములు పనిజేయుచున్నవో అవియే మనుష్య శరీరములో పని జేయుచున్నవి. రెండు మూల ఉత్పాదక తత్వములు పురుష మరియు స్త్రీకి జెందినవి. ఈ తత్వముల సంయోగమే వివాహ మనబడును. శుక్ర కణము మరియు రజః కణముల పారస్పరిక స్వాభావిక ఆకర్షణయే మానవ జీవితములో ప్రేమ యనబడును. ఈ రెండు ఉత్పాదక తత్వముల సంయోగము వలన నూతన జీవనము ప్రారంభ మగునట్లు దంపతుల పారస్పరిక ప్రేమతోనే గృహస్థ ధర్మము నడచును. ఈ పరస్పర విరోధ తత్వముల కలయికతోనే ప్రాణి జీవనములో నవీనత యేర్పడుచున్నది. అటులే సమాజ సంఘటనలో పురుషుడు మరియు స్త్రీ యిరువురి సహకారము వలన మానవ సమాజము ఉన్నతి జెందును.

పురుషుడు స్త్రీ వైపు, స్త్రీ పురుషుని వైపు ఆకర్షితు లగుదురు. ఇది ప్రకృతి నియమము. ఇందు దోషము కూడా లేదు. అట్లుగానిచో సృష్టియే జరుగదు. అందుచేతనే ధర్మశాస్త్రములు వివాహమునకు ధర్మబద్ధముగా అనుమతి నొసంగినవి.

విషయ భోగము ప్రేమయొక్క మొరటు రూపము. నిజమైన ప్రేమకు ఆత్మతో సంబంధము గలదు. శారీరక ప్రేమ ఆధ్యాత్మిక ప్రేమ యొక్క ఛాయ. అది దాని వాస్తవికతను గ్రహించదు. వివాహము తర్వాత నవయువకులు గడుపునట్టి జీవితము సుడిగాలి వంటిది. సుడిగాలి తర్వాత శ్వాసకే గాలి దొరకదు. మొదట మొదట ప్రేమ ముప్పిరిగొనును. కాని తర్వాత ఒక చుక్క కూడా మిగులదు. ప్రేమ అటువంటిదని వారు చెప్పెదరు. కాని యిది వారి భ్రమ. డాక్టర్ లూథర్ హెచ్. గులిక్ మహాశయుడు "Dynamic of Manhood" అను తన పుస్తకములో యిట్లు పేర్కొనెను. "ఒక పురుషుడు ఒక స్త్రీని వివాహమాడి కాలము గడిచిన కొలది ఆతని కా స్త్రీ మిక్కిలి ఆకర్షితు రాలిగా కనుపించును. సుకుమారత్వములో, సౌందర్యములో దిన దినము ప్రవర్ధమానమగుచున్నది. స్త్రీ పురుషుల ఆకర్షణ అవసరమని ఆతడు భావించవచ్చును. కాని వాస్తవిక ప్రేమ ఆధారము అత్యున్నతమైనది. ఆతనికి తన భార్య సంభాషణలో ఆనందము కలుగవచ్చును. ఆమె దృష్టిబిందు ఒక నూతన సౌందర్యమును కలిగించవచ్చును. ఆతడు తన భార్య కొరకై క్రొత్త వస్తువు తెచ్చును. క్రొత్త పుస్తకము తెచ్చును లేక చిత్రము తేవచ్చును. వీటివలన యింతవరకు ఆతని హృదయములో కలుగని భావములు తన భార్య ద్వారా వినెడు భాగ్యము కలుగవలెనని కోరుకొనును. పురుషుడు ప్రతి వస్తువును పురుష దృష్టితో, స్త్రీ స్త్రీ దృష్టితో చూచును. ఈ విధముగా ప్రేమ పెరుగుచుండవలెను. ప్రేమ యొక్క యీ స్వరూపమును తెలుసుకొనువారు కొద్దిమంది మాత్రమే గలరు. విషయాసక్తినే ప్రేమగా భావించెదరు. వాస్తవముగా ప్రేమ సంకుచితమైన వస్తువు గాదు. అది రాత్రివూట యేకాంతముననే గాక యిరవై నాలుగు గంటలు ప్రకటిత మగును. ఇట్టి ప్రేమయే చాలా కాలము వరకు మనగలిగి యుండును."

ఉత్పన్నము కాదు. స్త్రీ, పురుషులు రతి కొరకు స్త్రీ యిష్టా యిష్టములను తెలిసికొనుట అవసరము. స్త్రీకి ఋతుధర్మమైన వెంటనే కోరిక కలుగుట ప్రకృతి నియమము. పురుషుడు తన అధికారముతో స్త్రీకి యిష్టము లేకున్నను రమించుట వ్యభిచారము వంటిదే యగును. స్త్రీ కేవలము పతికి భయపడి ఆతని కోరిక తీర్చిన యెడల పురుషుని మస్తిష్కముపై హస్తమైథునము వలన కలుగు పరిణామమే కలుగును.

వ్యభిచారము అది యెట్టిదైనను ఉచ్చరించుటకే అభిమానముగా నున్నది. వివాహము చేసుకొని పురుషుడు తన యిష్టము వచ్చినట్లు రమించుటకు సర్వాధికారములు కలవని రాత్రింబవళ్ళు ఒకటి చేయుట ప్రకృతి నియమానికే విరుద్ధము. నిగ్రహము లేని జీవితము యీశ్వరీయ నియమముల ముందు వ్యభిచారమే యగును. జీవిత సహధర్మచారిణిని కేవలము తన తుచ్ఛ కోరికలను తీర్చుకొనెడు యంత్రముగా నుపయోగించుకొన జూచుట మహాపాపము మరియు స్త్రీ పట్ల గావించెడు ఘోర అన్యాయము.

దేశమును గురించి, సమాజమును గురించి పురుషుడు ఆలోచించి నట్లు స్త్రీ తాను కూడా పురుషునితో సమానమని తానొక సాధనము కాదని తెలిసికొని ప్రవర్తించినపుడు యీ నిగ్రహము సాధ్యమగును. స్త్రీ పురుషుని సమీపించగానే కామవాసన తప్ప యితర మెద్దియు ఆలోచించదు. స్త్రీని పరదాలో నుంచి ఆమెను పక్షిగా, రామచిలుకగా చేసి ఆమెతో ఆడుకొను సమయములో మాత్రమే పంజరము నుండి బయటకు తీసినచో గృహస్థు కూడా కామవాసనా తృప్తియొక్క నరక కుండముగా మారును. భర్త తన భార్యను తన దైనందిన కార్యక్రమము లలో దేశము, సమాజ సంబంధిత కార్యక్రమములలో, ఆలోచనలలో భాగస్వామి యగునట్లు జేయవలెను.

దుర్దశ యిట్లు మారినది. ఈ దేశ దుర్దశను జూచిన ఆ మహారాజా ఆత్మ యెంత క్షోభించునో? స్వతంత్ర దేశములో కూడా యిట్టి నికృష్ట కార్యము కొనసాగుట మనకు తలవంపు గాదా?

స్త్రీలపై సమాజము గావించు అత్యాచారము లనేకములు. పురుషులు స్త్రీపై బలాత్కారము గావించి ఆమె సతీత్వమును భంగపరచినపుడా అమాయకురాలు నిర్దోషియైనను సమాజము నుండి గెంటివేయబడును. కాని ఆ పాపిష్టి పురుషుడు మాత్రము యథా ప్రకారముగా ధనబలము చేత పురుషత్వ అహంకారము సమాజము గుండెపై నడచును. ఆ అబల యొక్క గతి యేమిటి? ఆమెకు యెవరు రక్షణ కల్పిస్తారు? దుఃఖముల బారిన పడిన ఆ యువతి బాధలతో సమాజము గావించిన అన్యాయభరిత అత్యాచారములచే పీడింపబడి ఆమె వణకిపోవును. లజ్జ, అభిమానములను వదలివేయును. భిక్ష మడిగిన ఒక్క పైసాకూడా దానమీయని వారు పాశవిక కామపిపాసపై తమ రాజ్యములను కూడా పణముగా పెట్టెదరు. ఒక యింటికి గృహిణిగా, సుతులకు తల్లిగా నుండవలసిన ఆ బాలిక నడివీధిన తన మాన మమ్ముకొనుటకు వివశురా లగుచున్నది. దీనికి బాధ్యు లెవరు? అత్యాచార పూరితమైన యీ సమాజము కాదా?

రోజురోజుకు పెరుగుచున్న విధవల సంఖ్య వలన కూట వేశ్యా వృత్తి గణనీయముగా అల్లుకొనిపోవుచున్నది. ఈ దుర్భాగ్య దేశములో విధవల సంఖ్య కోట్ల వరకు గలదు. తమ జీవితములో దురాచార ప్రవృత్తులలో ప్రతి క్షణము గడుపువారు యీ విధవలు, అందులో కొందరు పతి ముఖమైనా చూడనివారు జీవితమంతయు తిరిగి వివాహము లేకుండా గడుపవలెనని ఆశించెదరు. సమాజము నేటి పరిస్థితులలో కూడ విధవా వివాహమును చట్టములు అంగీకరించినప్పటికి అశాస్త్రీయ మైనదిగా పరిగణించుచున్నది. పతి ముఖము కూడా చూడని బాల

ఒక ముదుసలి పైసల కొరకై మాత్రమే మా శరీరమును అమ్మెదము. మా జీవితములు భయంకర అగ్నికుండములు."

వేశ్యావృత్తి యొక్క ప్రకాశవంతమైన చిత్రము డా॥ ఫూట్ యిట్లు రచించెను. ఊహా చిత్రమొకటి యిట్లుండును. "ఒక వ్యక్తి అందరు వచ్చిపోవు కూడలిలో నిలుచొని పైసల కొరకై యేదిచ్చినను తినెదనని ప్రకటించెను. కొందరు మధుర పదార్థముల నిచ్చిరి. మరి కొందరు చూడగానే వాంతియగు పదార్థములను తెచ్చిరి. పొట్టపై రోజులు, మాసములు, సంవత్సరముల పర్యంతము అత్యాచారము జరిగిన యెడల జీర్ణకోశము చెడిపోయి రోగగ్రస్థ మగును. అటువంటి పరిస్థితులలో సంయమరహితుడై వ్యభిచారమునకు అలవాటు పడిన వ్యక్తికి కలుగు రోగము పేరు భగవంతునకే తెలియవలెను. ఉత్పాద కాంగముల రచన పొట్టకంటె సున్నితమైనది. దాని దురుపయోగము వలన భయంకర వ్యాధికి గురియగుదుము. అధిక విషయాసక్తి వలన గర్భస్రావము, ప్రదర వ్యాధి కలుగును. అటువంటప్పుడు తనకిష్ట మైనను కాకున్నను అనేక వ్యక్తులతో రాత్రింబవళ్ళు రతిక్రియ జరిపిన స్త్రీ గుహ్యాంగములు విషపూరితము లగును. ఆమెతో సంపర్కము చేసిన వారికి ఆ వ్యాధి సోకును. ఆ వ్యాధి సోకిన పురుషులు అమాయకులైన తమ భార్యా పిల్లలకు యిట్టి వ్యాధిని సోకజేయుదురు. వేశ్యలు అనేక రోగాక్రాంతు లగుదురు. ప్లేగు, కలరా వ్యాధులను కీటాణువులు వ్యాపింపజేయునట్లు ఈ వేశ్యలు సమాజములో అనేక రోగములను వ్యాపింపజేయుదురు ప్రొ॥ టార్నొస్కీ కథనము ననుస రించి ఒక వేశ్య పది నెలలలో 300 మందిని రోగగ్రస్థులను జేసినది. వారిద్వారా యెంతమంది కీ రోగములు సోకునో లెక్కలేదు. వేశ్యా వృత్తి యెంత ప్రమాదమైనదో గ్రహించనగును.

విగ్రహము గోల్పోవుట, తెలియక నిగ్రహమును గోల్పోవుట. తెలిసి నిగ్రహమును గోల్పోవు విషయమై గత మూడు అధ్యాయములలో మూడు భాగములుగా వివరించనైనది. తెలియక నిగ్రహమును గోల్పోవుట సామాన్యముగా స్వప్నావస్థలో జరుగును. అందుచేత దీనిని స్వప్నదోష మందురు. గత మూడు అధ్యాయములలో వర్ణించిన సంయమ భంగము జాగ్రదావస్థలో కలుగు దోషము. దీనిని తెలిసి తెలిసి చేయుట వలన వ్యభిచార మందురు. స్వప్నదోషము నిద్రావస్థలో జరుగును. ఇష్టము లేకున్నప్పటికి నిరోధించుటకు ప్రయత్నించినప్పటికి జరుగును. కావున దీనిని వ్యభిచారమని గాక దోషమని యందుము.

నిదురావస్థలో వీర్యపాతమగుట స్వప్నదోష మనబడును. దీని విషయములో అభిప్రాయ భేదములు కలవు. రెండు మూడు వారముల కొకసారి స్వప్నదోషము వలన హాని కలుగదని కొందరి అభిప్రాయము, వీర్యపాతము వలన తలనొప్పి, త'' బరువు మొదలగు బాధలు లేనిచో అవి శరీరమునకు స్వాభావికమైనవిగా భావించి వారానికి ఒకటి రెండు పర్యాయములైనను బాధ యుండదని కొందరి అభిప్రాయము. వీర్య పాతము తర్వాత తాను తేలిపోవుచున్నట్లుగా, అలసినట్లుగా తోచినచో కొన్ని నెలల కొకసారి జరిగినను అసహజమైనదిగా, రోగ చిహ్నముగా భావించవచ్చును. జీవితములో ఒకే ఒకసారి స్వప్నదోష మైనను యే విధమైన స్వప్నదోషమైనను అది అస్వాభావికమైనదిగా, రోగ చిహ్నముగా నెంచబడునని కొందరి అభిమతము. ఈ రెండు అభిప్రాయములలో రెండవది మాత్రమే సరియైనది. ప్రకృతిలో యిట్టి వ్యర్థపు ఖర్చునకు అవకాశము లేదు. జీవితసారమును యిట్లు దోపిడీ గావించబడు పద్ధతి లేదు. శరీరములో గల నిస్సార పదార్థములు శరీరము నుండి వెడలిపోవుటకు వాటికి ప్రత్యేక మార్గములు గలవు. మలాశయము మరియు మూత్రాశయములలో మల మూత్రములు

హాని కారకమే. కాని ఆ నష్టము స్వల్పముగా నున్నప్పుడు శరీర జీవనశక్తి ఆ నష్టమును స్వయముగా పూరించుకొనును. అందుచేత స్వప్నదోషము అస్వాభావికమై రోగ చిహ్నముగానే యుండును.

స్వప్నదోషము వలన అనేకులు మానసిక అశాంతి దూరమైనట్లుగా భావించెదరు. నిరోగియైన మనుష్యుడు శారీరక శక్తి గోల్పోయినట్లు భావించకపోవచ్చును గాని దీనివలన అశాంతి దూరమైనదనుట అసంభవము. అస్వస్థుడైన మనిషి తన మానసిక, శారీరక అపవిత్రత వలన తనయందు కామభావము ఉత్తేజితపరచుకొనును. తన మనసునందు చెడు భావములను తెచ్చుకొని స్నాయుతంతువులలో ఉద్రేకము పురిగొలిపి తన కామవాసనను పూర్తిజేసుకొనని స్థితిలోయుండి నప్పుడు మాత్రమే స్వప్నదోషము వలన క్షణికముగా తన అశాంతిని పోగొట్టుకొనును. కామోద్రేకము కలిగినపుడు దానివలన అశాంతి యేర్పడినపుడు దాని బహిష్కరణ కూడా యేదో విధముగా నగును. అది తెలిసియైనను, తెలియకనైనను గావచ్చును. లేనిచో మొత్తము స్నాయుచక్రము అస్తవ్యస్తము కాగలదు. ఇది క్షణికమైన ఉపశమనము మాత్రమే కలిగించును కాని తిరిగి రెండింతల మూడింతల వేగముతో ఉద్రేకము కలిగి జీవిత పర్యంతము అశాంతి, వ్యామోహము కలిగించును. శక్తిహీనత యొక్క అశాంతి అన్నింటికంటె పెద్ద అశాంతి. స్వప్నదోషము వలన యెవ్వరికైన మానసిక శాంతి కలుగు ననుట భ్రమ మాత్రమే.

అందుచేత స్వప్నదోషమునకు శారీరక స్వాభావిక వికాసము నందు ఒక్క క్షణము కొరకైనను స్థానము లేదు. స్వప్నదోషము శరీరము యొక్క రోగావస్థ. ఇది విని ప్రపంచములో ఒకసారియైనను స్వప్నదోషము కాని పురుష డెవరైనా గలరా ? యని యువకులు

జ్ఞానము కూడా యుండదు. కుమారావస్థను దాటి 25 సంవత్సరముల వయసులో యువావస్థను జేరినపు డాతని శుక్రాశయము నిండు చుండును. ఆతనికి బహిఃస్రావ మారంభమగును. ఇది స్వాభావిక విషయము. దాని నుత్పన్నము జేయుటకు యెట్టి మానసిక ఉత్తేజనము అవసరము లేదు. ఈ అవస్థలో శాఖనుండి ఫలము రాలుట వంటి సహజత్వము బహిఃస్రావము కలిగియుండును. ఇంతవరకు జరిగిన శారీరక వృద్ధియొక్క అవశ్య పరిణామమే బహిఃస్రావము. ఇచట బహిఃస్రావము. అంతఃస్రావము శుక్రకణముల యొక్క నామాంతరము ఈ శుక్ర కణముల సంచలనము స్వాభావికము. ఇదే సంచలనము మన కాల్పనిక పూర్ణ ఆరోగ్యప్రదుడైన పురుషునిలో కామోద్రేకము కలుగుటకు భౌతిక కారణమగును. శుక్ర కణముల చలనము భౌతిక చలనము. కామోద్రేకము మానసిక సంచలనము. ఈ రెండింటికి కార్యకారణ సంబంధముండును. ఈ ప్రకారము ఉత్పన్నమైన కామ భావము స్వాభావికమగుటయే గాక పెరుగుచున్న శారీరక చిహ్నము. అందుచేతనే ఆదర్శమైనది. 25 సంవత్సరముల ఆ వయసు తర్వాత ఆ పురుషునకు రెండు మార్గములు గలవు. ఒకవేళ ఆతడు ఆజన్మ బ్రహ్మచర్య జీవితము గడుపదలచిన బహిఃస్రావమును శరీరములో చేర్చుటను ప్రాచీన భాషలో "ఊర్ధ్వరేతా" మార్గమందురు. దీనిని ప్రాచీన కాలములో ఋషుల ఆశ్రమములలో, గురుకులములలో అభ్యసించి అవలంబించుచుండిరి. ఆదిత్య బ్రహ్మచర్య ఆదర్శములను జీవితములో మలచుకొనుచుండిరి. శుక్రాశయములో చేరు శుక్ర భాగమును అనగా బహిఃస్రావమును శరీరమునందు యిముడించుకొనుట యొక విద్యయై యుండెను. దానిని నిష్ణుడు మాత్రమే అభ్యసించు చుండెను. బహిఃస్రావములో నూతన ప్రాణిని ఉత్పన్నము జేయు శక్తి గలదు. దీనిని శరీరమునందు యిముడించుకొనిన నాక నూతనోత్తేజము

నిండదు. ప్రాణి యే పరిసరములలో యే వాతావరణములలో నుంచ బడునో ఆ యా పరిసరములకు, వాతావరణమునకు అనుకూలముగా మారును. శుక్రోత్పాదక అవయవము బహిఃస్రావము నుత్పన్నము జేయును. దీని ఆవశ్యకత ననుసరించి తొందరగా గాని, నెమ్మదిగా గాని శుక్రాశయము నిండును. స్వాభావిక జీవితము గడుపు ఆదర్శ వ్యక్తి రెండున్నర మూడు సంవత్సరములకు ఒక సంతానము ఉత్పన్నము జేయును. అందుచేత ఆతని ఉత్పాదక అంగము పని జేయు తీరును బట్టి ఆతని శుక్రాశయము రెండున్నర మూడు సంవత్స రములకు నిండును. శుక్రాశయము నిండు సమయమును యిష్టపూర్తిగా తగ్గించవచ్చును, పెంచవచ్చును. త్వరత్వరగా శుక్రాశయమును నింద జేయుట యనగా బహిఃస్రావము మాటిమాటికి కలుగునట్లు జేయుట. బహిఃస్రావము జరిగినప్పుడు అంతఃస్రావములో ఆటంకము కలిగించు టయే యగును. శారీరక పెంపుదలను ఆపుటయే అంతఃస్రావము ఆపుటయగును. దుశ్చేష్టలను, దురాలోచనలను రూపుమాపి బహిః స్రావము గాకుండా అంతఃస్రావములో అపుదల రాకుండా జూచుటయే ధీరత్వము. ఇది నిస్సందేహముగా బ్రహ్మచారి యొక్క బ్రహ్మచర్యము కంటె కఠినమైనది. గృహస్థులకు యిదియే యోగము. యోగము నిరోధమునకు మారుపేరు మనము యే ఆదర్శ వ్యక్తి యొక్క చిత్రము గీసితిమో అతనితో సమానుడైన వారన్యు లెవరుందురు ?

ఈ చిత్ర మొక ఆదర్శ కాల్పనిక వ్యక్తిదని అంగీకరించు చున్నను కాల్పనిక చిత్రము గీయుట యొక్క ఉద్దేశ్యము యథార్థమును మరియు వాస్తవమును సరిగా అర్థము జేసుకొనుట యగును. క్రియాత్మక జగత్తులో అంతరంగ వికాసము పైన జెప్పబడి నట్లగు వ్యక్తి దొరకుట అసంభవమగును. ఈ చిత్రము తెలిసి తెలిసి

చిన్నవయస్సులోనే అండకోశములు పనిజేయుచుండుట గమనార్హము. బహిఃస్రావము కూడా తొందరగానే ప్రారంభమగును. కోర్కెలు పెరిగిన కొలది స్రావము అధికమగును. వారాని కొకసారి, రెండు రోజుల కొకసారి, ప్రతి నిత్యము, ఒకేరాత్రి అనేకసార్లు కోరిక కలుగుట, అది నెరవేర్చుటయను చక్రభ్రమణము భయంకర వేగముతో విజృంభించును. బాలకులలో అంతఃస్రావమే బహిఃస్రావముగా పని చేయును. ఎదిగిన వయసులో అంతఃస్రావము మరియు శుక్రకణముల కూటమినే బహిఃస్రావమందురు. అంతఃస్రావములను ఆధునిక భాషలో హార్మోను లందురు. హార్మోనుల లోపము వలన కలుగు వ్యాధులు వీర్యనాశము వలన కలుగును. వీర్యనాశము అంతఃస్రావము అనగా హార్మోనుల నాశము వలన కలుగును.

వర్తమాన సభ్యత యొక్క సంతానము అనారోగ్యముతో నున్నారనుట అందరెరిగిన సత్యమే. సంపూర్ణ ఆరోగ్య వ్యక్తిత్వమునకు మనము కోసుల దూరములో నున్నాము. లక్ష్యము నుండి అత్యంత విచలితులమై యున్నాము. ఇట్టి పరిస్థితులలో సాధారణ రూపములో ఆరోగ్యముగా నున్నవారికి యిచ్చు సలహా లిట్లు గలవు. తెలియకుండ రాత్రిపూట అనేకసార్లు స్వప్నదోషమైనచో దానివలన అధికముగా నష్టము చేకూరును. రెండు, మూడు వారాల కొకమారు స్వప్నదోషము జరిగి దానివలన బలహీనత కలుగకుండా నున్నచో అంతగా విచారించ వలసిన పనిలేదు. స్వప్నదోషము అధికముగా జరిగినచో దాని నాపుటకు ప్రయత్నించవలెను లేనిచో స్నాయుశక్తికి ప్రమాదము కలుగును. స్వప్నదోషము అస్వాభావికమైనదిగా గుర్తించవలెను.

ఉత్తేజన కలిగిన స్థితిలో కాముకతతో కూడిన స్వప్నము వలన స్వప్నదోషము కలుగును. వెంటనే మెలకువ కలుగును. ఆత్మగ్లాని,

కొరకై అంతఃస్రావము అవసరమగును. నేటి అస్వాభావిక పరిస్థితులలో బాలకులకు చిన్న వయసులోనే కామోద్రేకము కలుగుచుండుట వలన వీర్యకోశములో వీర్యము కూడుచుండును. చిన్న వయసులోనే వీర్య నష్టము కూడా జరుగుచుండును. వీర్య నాశనమునకు గల భౌతిక, మానసిక కారణములను వేర్వేరుగా ఆలోచించుట అసంభవమైనప్పటికి విషయ సౌలభ్యము కొరకు వేర్వేరుగా ఆలోచించెదము. దానితోపాటు చికిత్సను గురించి కూడా చర్చించెదము గాక :

భౌతిక కారణములు మరియు చికిత్స

1. భోజనము : అనేకులు తిండి కొరకే జీవించెదరు. ఆకలిని మించి తినెదరు. తిన్న వస్తువు జీర్ణమైనచో యెట్టి బాధ లేదు. కాని అట్లు జరుగదు. జీర్ణము కాని పదార్థము కడుపులో కుళ్ళును. జీర్ణ క్రియకు జననక్రియకు దగ్గరి సంబంధము కలదు. జీర్ణకోశములో పదార్థము కుళ్ళి మంట కలిగినచో దాని ప్రభావము నుండి జననకోశము తప్పించుకొనజాలదు. జనన ప్రణాళికలో యిట్టి మంట కలిగినపుడు ఉత్తేజము కలుగును. మనుష్యుని మానసికస్థితి కూడా చెడిపోవును. ఈ మంట వలననే నిదురలో స్వప్నదోషము కలుగును. ఆజీర్ణ ప్రక్రియలో దీర్ఘ కాలమునకు పరోక్షముగా హాని కలుగును. మసాలాలు కారము, పచ్చళ్ళు, మిఠాయి, టీ, కాఫీల వలన ప్రత్యక్షముగా హాని కలుగును. దాని ప్రభావము సూటిగ ఉత్పాదక అంగములపై పడును. అవి తినుట వలన యెట్టి ప్రయోజనము చేకూరదు. కేవలము జిహ్వా చాపల్యము మాత్రమే దీనికి కారణము. సాయంకాలపు విద్యుచ్ఛక్తి కాంతి పుంజములో వెలుగొందు మిఠాయి రాశిని జూచియే సరసుని హృదయము ఆకర్షించబడదు? వేల యీగలు పోగుజేసిన మలినముతో చక్కెర మిఠాయి తిని సోడాసీసాయో కప్పు టీయో ఖాళీ చేయుదురు.

దోషమునకు దారి తీయును. ఈ అలవాటును మానుకొనవలెను. పడుకునేముందు మూత్ర విసర్జన చేయవలెను. వ్యాధి ముదిరినచో పొట్టను కూడా శుభ్ర పరచుకొనుట ఉత్తమము. రాత్రిపూట ఒకసారిలేచి మూత్ర విసర్జన చేయవలెను. బోర్ల పడుకొనుటవలన లేక యెదుకు రొమ్ముపై చేతులుపెట్టుకొని పడుకొనుట అనేకసార్లు ఉపద్రవమునకు దారితీయును. వెన్నుకు వెనుక బట్టముడి వేసికొనినచో బోర్లపడు కొనుట తప్పును.

మలినము గోకుడు మఱియు మంట : అప్పుడప్పుడు మూత్రాశయములో మలిన పదార్థములుకూడి దానిలో మంట కలిగించును. ఈ మంట మూత్ర ప్రణాళినుండి శుక్ర కోశమువరకు జేరును. అందుచేత స్వప్నదోషమగును. సాత్త్వికాహారము మఱియు రక్త శోధక ఔషధముల వలన మూత్రములో మంట కలిగించు పదార్థము దూరమగును. అప్పుడప్పుడు ఉత్పాదక అంగములలో జేరునట్టి మైల దురద మఱియు మంటను ఉత్పన్నముజేయును. దీనివలన స్వప్న దోషము మఱియు హస్త మైథునమునకు దారి తీయును. ఈ అంగములను యెల్లప్పుడు శుభ్రముగా నుంచవలెను. మూత్ర వ్యాధులవలన మఱియు జననేంద్రియ వ్యాధులవలన స్వప్న దోషము కలుగును.

హస్త మైథునములేక అతి మైథునము : ఒక పనిని మాటిమాటికి జేసినచో అది మనుష్యుని అంతరాత్మలో భాగముగా మారును. క్రమక్రమముగా ఆ పని జేయుటలో మనసు పెట్టనవసరములేదు. అందువలన తెలియకుండా స్వప్న దోషము కలుగును. తెలియకుండా జరుగు యీ స్వప్న దోషము హస్త మైథునపు అలవాటువలనగాని లేక అతిమైథునమువలనగాని కలుగును. మైక్ ఫేడ్ మహోదయుడు తన గ్రంథము "Encyclopedia of Physical Culture" నందు హస్త

బలహీనత : స్తంభన శక్తి లేకపోవుటచే కూడా అప్పుడప్పుడు స్వప్నదోషమగును. తగిన వ్యాయామమువలన బలహీనత తొలగి పోగలదు. ప్రపంచములోగల ఔషధములన్నియు బ్రహ్మ చర్యముతో సామాన్య జీవితము గడుపుటవలన కలిగిన సుగుణములలో సగము గుణముకూడా కలిగించవు. భిన్నభిన్నవ్యక్తుల విషయములో వారి వ్యక్తిగత కష్ట సుఖములననుసరించియే యేమైన చెప్పవచ్చును. అయినను ప్రజలకు ఔషధములపై విశ్వాసముగలదు. అందుచేత బ్రహ్మ చర్యమును కాపాడుకొనుటకు కొన్ని ఔషధములను పేర్కొను చున్నాము.

1) మఱ్ఱిపాలు బత్తీసాలతో ఒక నెలవరకు ఉదయమే యేమి తినక ముందే తినవలెను.

2) డిజిటాలిస్ 3 × హోమియో మందు ప్రాతః కాలమున సేవించిన సముచిత లాభము కలుగును.

3) ఏసిడ్‌ఫాస్ 30 రోజుకు మూడుసార్లు చొప్పున రెండు రోజాలు తీసుకొనవలెను.

మానసిక కారణములు మఱియు చికిత్స : భౌతిక కారణములను తెలిసికొనిన పిదప మానసిక కారణములు తెలిసికొనుట అవసరము. అలసిపోయిన మనిషిని స్వప్నములు బాధించవు. పగలంతా కష్టపడి పనిజేసి అలసిపోయిన మనిషిని స్వప్నములు బాధించవు. స్వప్న దోషములు కలుగవు. స్వప్నములు రానట్టి నిద్రను కలిగించుకొనుట స్వప్న దోషమునకు మొదటి వైద్యము. మధ్యరాత్రి ప్రగాఢ నిద్రవలన స్వప్నములురావు. గాఢనిద్ర కలుగు సమయములు చాలా తక్కువ.

పూట ఎక్కువగా వచ్చును. రాత్రి పండుకొనిన వెంటనే స్వప్నము వచ్చును. దానివెంట స్వప్న దోషమగును. స్వప్నములు చూచు దృశ్యములు పగలు జాగ్రదావస్థలో తయారగును. పగటిపూట అనుభవములు రాత్రిపూట క్రొత్త రూపము ధారణ జేయును. ఈ స్వప్నములయొక్క ఆధారము జాగ్రదావస్థలో లభించును.

విచారముత్పన్నముజేయు స్వప్నములు : విచారము యొక్క అభిప్రాయము అశాంతి. అశాంతివలన మొత్తము స్నాయు సముదాయము బిగిసికొని యుండును. కాముకతయొక్క దుష్ట స్వప్నములవలన స్వప్న దోషమగుననుట భ్రమ మాత్రమే. విచారములో మునిగి యుండుటవలన కూడా స్వప్నదోషము కావచ్చును. దీని దుష్ప్రభావము ఆరోగ్యముపై నెక్కువగా నుండును. విచారమువలన ఒకవైపు స్నాయు మండలమునకు నష్టము కలుగును. మరొకవైపు వీర్యనాశమువలన ప్రాణశక్తి క్షీణించును. డా॥ మౌల్ తన అభిప్రాయమునిట్లు వెల్లడించెను. "విచారమువలన స్వప్నదోషమగును. కాని స్వప్నములోకూడా అనేక విచారములతోగూడిన స్వప్నములవలన కూడా స్వప్నదోషమగును, ఒక్కొక్కసారి స్వప్నములో దొంగలు దోచుకొన్నట్లు లేక క్రూర మృగము వెంటాడుచున్నట్లు భయంకరమైన స్వప్నములు వచ్చును. నలువైపుల భయముతోకూడిన స్వప్నములవలన స్వప్నదోషము కలుగును. స్వప్నములో అనేకసార్లు రైలు పట్టుకొనుటకు పోవుట, స్టేషనుకు పోగానే రైలు దాటి పోవుట జరుగును. దానివలనకూడా స్వప్నదోషమగును. ఏ విధముగానైన స్నాయుమండలము బిగుసుకొని పోవుటవలన స్వప్నదోషము జరుగును. ఎక్కువగా తినుటవలన, తినక పోవుటవలన, చాలా అలసిపోవుటవలన, యే మాత్రము కాళ్లు చేతులు కదిలించక పోవుటవలన కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, భయ విచారము

చోటు చేసుకొనినచో స్వప్నావస్థలో కూడా యివి మనసును ఆక్రమించు కొనియే యుండును ఊహించుటలేక కల్పనవలన దీని ఘాతుక శక్తి పెరిగిపోవును. జాగ్రదావస్థలో నోటినుండి వెడలిన ఒకే ఒక అశ్లీల శబ్దమైనను స్వప్నావస్థలో అనేక అపవిత్ర స్మృతులకు స్థానము కలిగించును. అందుచేత జాగ్రదావస్థలోనే కడు జాగరూకులై యుండుట వసరము. నికృష్ట సాహిత్యపఠనము, సినిమాలు చూచుటవలన, నీచుల సహవాసమువలన, ఒంటరిగా పనిలేకుండుటవలన మనసునకు నిద్రావస్థలో నికృష్టమైన మసాలా తయారుజేసి యిచ్చిన వారము కాగలము. అటువంటి పదార్థమును మనసు విడిచి పెట్టుటకు సిద్ధముగా నుండదు. కామవాంఛా స్వప్నమునుండి తనను తాను కాపాడు దలచుకొనినవారు జాగ్రదావస్థలో యిటువంటి దుష్ట ఆలోచనలను దరికి రానీయకుండా తన మానసిక స్థితిని కుదుట పరచుకొనుటత్యంతావశ్యకము. తమ ఆలోచనలను పటిష్టము గావించుకొనవలెను. కామ పూరిత స్వప్నముల వలన భయభ్రాంతులగుదురు. భయమువలన యెంత తప్పించకొనజూచె దరో కామమునకంత గురియయ్యెదరు. భయమువలన ఆలోచనా శక్తిని బలహీనము కానీయరాదు. స్వప్నదోషము చెడ్డదైనప్పటికి దానిని చూచి భయపడుట మరింత చెరుపుచేయును. భయమువలన స్వప్నదోష సంఖ్య అధికమగును. అట్టి వ్యక్తులను గురించి మోలినోస్‌యొక్క అభిప్రాయములను విలియమ్స్‌జేమ్స్ మహోదయుడు "Varieties of Religious Experience" లో పేర్కొనిన విషయములు సదా స్మరించదగినవి.

ఒకవేళ స్త్రీతో యేదైన అపరాధము జరిగినచో అదెట్టిదైనను దానిని మాటిమాటికి తలచుకొని దుఃఖించవలదు. అపరాధము మనుష్యునితో మాత్రమే జరుగును. ఒకటి రెండుసార్లు పతనము జెందినప్పటికి యెల్లప్పుడు అట్లే జరుగునని భావించరాదు. పరమేశ్వరుని

వస్థలో కూడా నుంచుకొనుట కఠినముగాదు. తమ స్వప్నములను తమ వశమందుంచుకోలేమనుట వట్టి భ్రమ మాత్రమే. మెలకువతోనున్నప్పుడు యేర్పడిన ఆలోచనలకు స్వప్నములతో గాఢమైన సంబంధము గలదు. మెలకువతో నున్నప్పుడు చెప్పబడు ఆలోచననే నిదురలో స్వప్నములుగా పేర్కొనబడును. మెలకువతో నున్నప్పుడు కలిగిన అశ్లీల, అపవిత్ర ఆలోచనలే నిదురలో కూడా కలుగును. ఒక ఉన్నత స్థితిలోనున్న ఇటలీ దేశస్థుడు స్వప్నదోషమువలన వివశుడై నిదురలో అపవిత్ర భావమేర్పడినప్పుడు లేచి కూర్చొనుటకు దృఢ సంకల్పము గావించెను. ఈ ఆలవాటును పగటిపూట బాగా అభ్యాసము గావించెను. అశ్లీల ఆలోచనలు రాత్రి నిదురలో వచ్చినప్పుడు లేచి కూర్చొనెడివాడు. పడుకొనుటకు ముందు యిట్టి ఆలోచనలనే అనేక పర్యాయములు పునశ్చరణ జేయుచుండెడివాడు. తన సంకల్ప శక్తినంతయు యీ ఆలోచనలలోనే పెట్టుచుండెడివాడు. దీనివలన స్వప్నదోషమునుండి విముక్తుడగు మంచి పరిణామము కలిగెను.

వీర్యమనగానేమి దాని మహత్వము

> ఆచార్య ఉపనయమానో బ్రహ్మచారిణం కృణుతే గర్భమన్తః
> తంరాత్రీస్తిస్ర ఉదరే బిభర్తితం జాతుం ద్రష్టుమభి సంయన్తి దేవాః॥
>
> అధర్వవేదము.

మనుష్య శరీర తత్త్వ భాగమే వీర్యము. వీర్యమును శరీరములో యిమ్ముడజేయుట కష్టసాధ్యము. దీనిని రక్షించుకొను మనో సంకల్పము యోగుల యోగనిద్ర కన్నులలో, ఋషుల ముఖము యొక్క ముడుతలలో, బ్రహ్మచారుల నియన్త్రిత దిన చర్యతో యెవ్వరికి గన్పించదు. మూర్ఖులు ప్రాణశక్తి రహస్యమును గ్రహించక పోవచ్చును. కాని

రక్త నష్టమునకు దారి తీయును. భారతీయ ఆయుర్వేద యీ సిద్ధాంతముతో పాశ్చాత్య విద్వాంసులనేకులు యేకీభవించుచున్నారు. డా॥ కోవెన్ తన ప్రసిద్ధ పుస్తకము "The Science of New Life" యొక్క 106వ పుటలో యిట్లు వ్రాసిరి.

శరీరముయొక్క యే భాగమునుండియైనను 40 ఔన్సుల రక్తము తీసినచో అది యొక ఔన్సు వీర్యముతో సమానమగును. ఒక ఔన్సు వీర్య మేర్పడుటకు 40 ఔన్సుల రక్తము అవసరమగును. అమెరికాకు జెందిన ప్రసిద్ధ శరీర వృద్ధి శాస్త్రజ్ఞుడు మెక్ ఫేడన్ మహాదయుడు తన "Manhood and Marriage" పుస్తకములో యిదే అభిప్రాయమును వెల్లడించెను. "Encyclopedia of Physical Culture" యొక్క 2772 పుటయందిట్లు రచియింపబడినది

"అనేక విద్వాంసుల అభిప్రాయము ననుసరించి 40 ఔన్సుల రక్తముతో ఒక ఔన్సు వీర్యము యేర్పడును. కాని కొంతమంది విద్వాంసుల అభిప్రాయములో ఒక ఔన్సు వీర్యమేర్పడుటకు 60 ఔన్సుల రక్తమవసరమగును."

పాశ్చాత్యులలో యీ భావము యిటీవలెనే యేర్పడినది. రక్తములో మనుష్యుని జీవింపజేయులేక మరణింపజేయుశక్తి యున్నప్పుడు రక్త సారమైన వీర్యములోకూడా యిట్టి శక్తి యింక యెక్కువగా నుండును ఆయుర్వేదముననుసరించి రక్తమునుండి వీర్య మేర్పడుటకు యేడు స్థానములు నధిగమించవలెను. "వీటి పరస్పర సంబంధమును గురించి వీర్య మేర్పడునంతవరకుగల పరివర్తనలు స్పష్టముగా ఆయుర్వేదము అను సంధానము జేయనప్పటికి రక్తమునుండి వీర్యమేర్పడుటకు నిడువైన యేడు బాటలనుండి గడువ వలసివచ్చును.

వలన కన్నులనుండి నీరు, నోటిలో లాలా జలము యేర్పడునట్లు కామోత్తేజమున అండకోశముల గ్రంధులనుండి వీర్యము వెడలును.

అండకోశములనుండి రెండు విధములైన రసము లుత్పన్నమగును. అంతఃస్రావము, బహిఃస్రావము. అంతఃస్రావమును ఇంటర్నల్ సీక్రేషన్। బహిఃస్రావమును "External Secretion" అందురు. అంతఃస్రావము యెప్పుడైనను అండకోశములనుండి ఉత్పన్నమగును. శరీరము లోపలనే యిమిడిపోవును. ఈ రసము మొత్తము శరీరములో వ్యాపించి కన్నులకు తేజస్సు, ముఖమునకు కాంతి, మరియు అన్ని అంగములకు అందము చేకూర్చును. పదిహేను, పదహారు సంవత్సరముల వయసులో బాలునిలో కలుగు మార్పులకు అంతఃస్రావము అనగా శరీరములో వీర్యము యిముడుటయే కారణము. అండకోశములు తీసివేసిన ప్రాణులు క్రియాశూన్యులై, స్ఫూర్తిహీనులై యుండును. గుఱ్ఱములు, యెద్దులు మరియు మేకలను జూచిన యీ విషయము సులభముగా అర్థము కాగలదు. మనుష్యులలోకూడ అండకోశములు తీసివేయబడినవారు నిస్తేజులై నిర్వీర్యులై యుందురు. వారి స్థితి నపుంసకులవలె నగును. వారే విధమైన మానసిక, శారీరక పనులలో నుందరు.

బహిఃస్రావ విషయములో పాశ్చాత్యుల అభిప్రాయము ననుసరించి యిందు శుక్ర కణములతోపాటు జనన ప్రదేశ అనేక స్థానముల నుండి ఉత్పన్నమైన స్రావములు కూడా కలియును. శుక్ర కణములు (Spermatozoa) మరియు ఆస్రావముల కలయిక పదార్థమునే వీర్యమందురు. శుక్ర కణముల ఉత్పత్తి అండకోశములనుండి జరుగును. మరియు అవే సంతానోత్పత్తికి కారణములగును. వీర్యములో కణము లేని మనుష్యుని నపుంసకుడందురు. సార, పొగాకు, టీ, కాఫీ,

క్రమముతో యేర్పడును. పాశ్చాత్యులు రక్తము ద్వారా మాత్రమే వీర్య మేర్పడు ననిరి.

2) ఆయుర్వేదము వీర్యము శరీరమంతట నిండియున్నట్లు చెప్పగా పాశ్చాత్యులు యిది అండకోశముల ద్వారా ఉత్పన్నమైనట్లు చెప్పుచున్నారు.

3) పాశ్చాత్య ఆయుర్విజ్ఞానమునందు వీర్యము యొక్క రెండు రూపములు అంతఃస్రావము (Internal Secretion) బహిఃస్రావము (External Secretion) లో స్పష్ట రూపముగా అంగీకరించబడినది. ఆయుర్వేద మునం దీ భేదము కనుపించదు.

4) పాశ్చాత్య విజ్ఞానమునందు శుక్ర కణముల (Spermotozoa) పరిభాష లభించును. శుక్ర కణములు 'ఉత్పాదక వీర్యము' యొక్క పేరు. ఆయుర్వేదములో ఉత్పాదక వీర్యమును విశేష కణములను గుర్తించలేదు. శుక్రమునుండియే ప్రాణోత్పత్తి జరుగుచున్నది.

సామాన్య బుద్ధికి ప్రాచ్య, పాశ్చాత్య విద్వాంసుల ఆలోచనలలో ప్రముఖముగా యివే భేదములు గన్పించుచున్నవి. మా దృష్టితో ఆలోచించినప్పుడు యీ భేదముల అంశములు చాలావరకు లోపించి యిద్దరి ఆలోచనలలో సమాన గుణములు గోచరించుచున్నవి.

సమాన గుణములు : ఆయుర్వేద గ్రంథములలో నిస్సందేహముగా వీర్యము యేడు ధాతువులనుండి పయనించి యేర్పడుచున్నట్లు చెప్పబడుచున్నది. కాని కొన్ని గ్రంథములలో యీ విషయము చెప్పబడలేదు. రక్తము శరీరము యొక్క భిన్న భిన్న అంగములకు భిన్న భిన్న రసము లందించును. తోటలో ప్రవహించు నీటినుండి భిన్న భిన్న పూల మొక్కలు భిన్న భిన్న రసములు గైకొనునటులవే రక్తము శరీర

నిష్పద్యన్తే యతో భావా వివిధదేహ సంశ్రయాః ।
ఉత్సాహ-ప్రతిభా-ధైర్య-లావణ్య-సుకుమారతా ॥

ఓజము సంపూర్ణ శరీరమందు వ్యాపించియున్నది. ఇది దేహ ఉనికికి కారణము. ఓజస్సు వలన తుష్టి, పుష్టి మరియు బలము ఉత్పన్నమగును. ఓజస్సు నష్టమగుట వలన యివన్నియు నష్టమగును. ఓజస్సు నుండి ధైర్యము, లావణ్యము, సుకుమారత్వము మొదలగు అనేక విధముల భావములు ప్రకటితమగును.

ఈ వర్ణన అంతఃస్రావము లేక హార్మోన్ల విషయములో పాశ్చాత్య వైజ్ఞానికుల వర్ణనలకు సరిపోవుచున్నది. "Macfedon" మహోదయుడు "Internal Secretion" అంతఃస్రావము విషయములో యిట్లు వ్రాయుచున్నాడు.

ఈ గ్రంథులనుండి వెడలిన ఒక్కొక్క బిందువు శరీరములో యిమిడిపోవుచున్నది. దీని పరిణామముగా అనవరత ఉత్సాహవృద్ధి మరియు ఆరోగ్యము కలుగును. ఇది బాల్యములో విశేషముగా గన్పించుచున్నది.

అంతఃస్రావము విషయములో వాగ్భట్టు మరియు మేక్ ఫేడన్ వర్ణనలలో యే మాత్రము భేదము లేదు. బహిఃస్రావ విషయములో ప్రాచ్య, పాశ్చాత్య ఆయుర్విజ్ఞానములో భేదము అవశ్యముగా గలదు. బహిఃస్రావక శక్తిని ఆయుర్వేదము గ్రహించినది. భావ ప్రకాశము నందిట్లు వ్రాయబడినది.

శుక్రం సౌమ్యం సితం స్నిగ్ధం బల పుష్టికరం స్మృతమ్ ।
గర్భ బీజం వపుఃసారో జీవస్యాశ్రయ ఉత్తమః ॥237॥

అధ్యాత్మిక శాస్త్రము కూడా కలిసినది. శుక్రమును శుక్ర కణములని పిలిచినచో అందు మనుష్యులకంటె భిన్నమైన చైతన్యము కలదను భావ మేర్పడును. ఈ విషయము భారతీయ అధ్యాత్మిక శాస్త్రము అంగీకరించదు. అందుచేత శుక్రమును శుక్ర కణమని పేర్కొనలేదు. మరియు యీ పేరుతో పిలుచుట అనుచితమగును. దానికి కణములేక జీవాణువు అనుపేరు యెందుకు యివ్వవలెను. దాని చలనము వలన దానికి ప్రత్యేక చైతన్యము లేక ప్రాణి యున్నదనుట తగదు. శుక్ర కణముల చలనము, చైతన్యము, మనుష్యుని మస్తిష్కము యొక్క చలనము లేక చైతన్యముతో పోల్చవచ్చును. దానికి వాస్తవముగా శుక్ర మను పేరు తగియున్నది. అది కణము లేక జీవాణువు కాదు. కేవలము వ్యవహారము కొరకు దానియందు చలనము కనుపించుటవలన కణము అని అనవచ్చును. "స్పర్మటోజువా"లో వేల కణములు గలవని వాటిలో ప్రతి కణములో ఆత్మకలదని భావించుట మా కత్యంతరకరము.

మూడవ ఆలోచన : ఉత్పాదక వీర్యముయొక్క చలనమునకు మస్తిష్కము కారణమని చెప్పబడినది. ఉత్పాదక వీర్యమునకు వేరే చైతన్యము లేక ఆత్మ లేదు. ఈ ఆలోచన మూడవ ఆలోచనకు అవకాశము కలిగించుచున్నది.

అనేక మంది వైజ్ఞానికులు ఉత్పాదక వీర్యముయొక్క ఉత్పత్తి రక్తము లేక అండకోశములనుండి గాక మస్తిష్కమునుండి జరుగునని చెప్పుదురు. వీర్యనాశము మస్తిష్క నాశమునకు దారి తీయుచున్నది. వీర్యము, మస్తిష్కము రెండు ఒకే పదార్థమునుండి యేర్పడుచున్నవి. వీర్యము మరియు మస్తిష్కమును తయారు జేయు రసాయనిక పదార్థ మొక్కటే. రెండింటిని పోల్చినపుడు కొంచెము భేదము మాత్రమే కనుపించును. ఈ విషయములో యింకను తీవ్రమైన అన్వేషణ

పరిశ్రమ, మానసిక పనులు యేదో ఒక పనివైపు నిరంతరముగా లగ్నమై యుండినచో వీర్య కణములు లేక "Spermatozoa" మస్తిష్కమునందే యిమిడిపోవును. వీర్య కణములను కేవలము ఉత్పత్తి కొరకై ఉపయోగించిన యెడల మనుష్యుని శారీరక మానసిక శక్తులు నష్టముగాకుండా రక్షించబడును.

ఉత్పాదక పదార్థములను మితముతప్పి వ్యయపరచిన లేక ప్రకృతి నియమములను ఉల్లంఘించిన మస్తిష్కముపై అత్యాచారము జరుపుటయే యగును. ఇట్లు జేయుటవలన మెదడుకు సంబంధించిన అన్ని విధముల రోగములు కలుగునని చెప్పుట యథార్థము. బాలుర పోషణ భారము వహించువా రీ విషయములను మరచిపోగూడదు.

మస్తిష్కమునకు వీర్యమునకు ప్రత్యేక సంబంధము గలదు. వీర్యనాశముయొక్క ప్రభావము మెదడుపై కలుగును. ఇందు దాపరిక మేమియు లేదు. డా॥ కోవన్ ననుసరించి మస్తిష్కమునుండి ఒక ద్రవము ఉత్పన్నమై మనుష్యుని మనో భావములవైపు పయనించును. అండకోశములనుండి ఒక పదార్థము ఉత్పన్నమై మస్తిష్కములో జేరును. అచ్చటినుండి యౌవనావస్థలో ప్రకటితమగు శారీరక మార్పులను ఉత్పన్నము జేయు నని డా॥ హాల్ పేర్కొనుచున్నారు. మస్తిష్క వీర్య సంబంధము ఆలస్యముగా కనుగొనబడిన దని డా॥ బ్లౌస్ అభిప్రాయపడుచున్నారు. శైలింగ్‌యొక్క "Natural Philosophy" లో మస్తిష్కమును అండకోశముల రసమునుండి యేర్పడు మెదడు అని పేర్కొనబడినది.

"వీర్య స్వరూపము" నకు చెందిన మూడు ముఖ్య ఆలోచనలను పేర్కొనినాము. దీని ఉద్దేశ్యము ప్రతి వ్యక్తి వీర్య రక్షణకై దీనికంటె వేరే మార్గము లేదని తెలిసికొనవలెను. మూడు ఆలోచనలు ఒకే

ఉండదు. శరీరము పెరుగుచునే యుండును. బాల్యము యొక్క ఒక్క అడుగు పొడవుగల చిన్న ఆకార మెక్కడ ? ఆరు అడుగుల పొడుగు గలిగి మిణుగున్నర బరువు కలిగిన యువకుని ఆకార మెక్కడ ? ఈవృద్ధిలో అవే కండ్లు, ముక్కు, చెవి అవయవములు మరియు ఆత్మ గలవు. అవే అవయవములు పెరిగి పెద్ద వగును. తేలిక వస్తువు బరువు యెక్కువైనది. ఆశ్చర్యకరమైన మార్పునకు శరీరము నందుగల సంచయ శక్తియే కారణము. అధికమైన పరిశ్రమవలన శరీరమునందు ఉపాదేయ పదార్థ సంగ్రహము జరిగినది. అందుచేతనే నేడు శరీరము ఉన్నతమై మరియు సమృద్ధముగా గన్పించుచున్నది.

కాని యీ వృద్ధి చిరస్థాయి కాదు. ప్రొద్దు పెరిగి గ్రుంకుట మొదలు పెట్టును. సుదృఢమైన శరీరము కూడా బలహీనమగును. లేచిన ఆలలు పడిపోవును. సంచయము తర్వాత విచయము ప్రారంభ మగును. పుట్టుక తర్వాత మరణము అడుగు పెట్టును. దైనిక వ్యవహారములలో మనుష్యునకు సమృద్ధము కలిగియుండియు శక్తులు కొంత దూరములో ఆగిపోవును కుంఠితమై పతనోన్ముఖ మగును. ఈ పెరుగుదలకు తరుగుదలకు కారణ మాలోచించుడు.

సంచయము తర్వాత విచయము, ఉన్నతి తర్వాత నాశనము అను చక్ర భ్రమణమును గురించి విచారించినవారు దీని కారణము జీవిత ప్రౌఢావస్థ తర్వాత రెండు పరస్పర విరుద్ధ ప్రవృత్తుల ఢీ కొనుట యని చెప్పుచున్నారు. శరీర వృద్ధియొక్క స్వార్థమంతా ప్రవృత్తి ప్రజా జననము యొక్క పరమార్థ ప్రవృత్తివలన అణచివేయబడును. మనుష్యుడు యిల్లు కట్టుకొని కూర్చొనును. తన శరీరమునందు సంచయముచేయుట విడిచిపెట్టి సంతానోత్పత్తి చేయుట ప్రారంభించును. తిని, త్రాగి తన శరీరము విషయమాలోచించువాడు పరమార్థ వలయ

సంతానమే యేకైక మార్గము. ఉత్పత్తితో వినాశమునకు అవినాభావ సంబంధము కలదు. ప్రజోత్పత్తిలో వీర్య నాశము సంభవించును. వీర్య నాశము ద్వారా మృత్యురూప మూటను శిరముపై మోయవలెను. జీవన శాస్త్రము వ్రాసినవారి గ్రంథములనుండి అనేక దృష్టాంతములను సంగ్రహించవచ్చును.

'Arotic Symbalism' అను పుస్తకములో రచయిత హైవీలాక్ ఏలిస్ మహాశయుడు 138 వ పుటలో యీ సంబంధమైన అలోచనల నిట్లు పేర్కొనెను.

"వీర్య నాశముచేలన జ్ఞానతంతువులకు కలుగు బిగుసుదల దానివలన శరీరమునకు కలుగు తీవ్ర ఆఘాతము అతి భయంకరమై నందువలన యీ దుష్పరిణామములు కలుగుట స్వాభావిక మగును." ఉత్పత్తితో వినాశమునకుగల సంబంధము దృష్టిలో పెట్టుకొని బ్రహ్మ చర్యమున కిట్టి ప్రాముఖ్యత నిచ్చిరి. బ్రహ్మచర్య ఆదర్శమును విస్తృత పరచిరి. వసు, రుద్ర, ఆదిత్య బ్రహ్మచర్యములలో వసు బ్రహ్మచర్యము నికృష్టమైనదిగా పేర్కొనబడినది. ఇరవై నాలుగు సంవత్సరముల ప్రాయమువరకు బ్రహ్మచర్యము పూనుట వారి దృష్టిలో సరిపోదు. బ్రహ్మ చర్యమును తర్క వివాద విషయముగా గాక జీవన్మరణ సమస్యగా గ్రహించిరి. నేటి వైజ్ఞానికులు విజ్ఞాన విషయములో జూపిన శ్రద్ధ నాడు వీరు బ్రహ్మ చర్య విషయములో జూపిరి. సంయమము, బ్రహ్మ చర్యమును లక్ష్య ములో పెట్టుకొని నాడు వారు గురుకులములను నడిపిరి. నేటి కళా శాలలు, విశ్వ విద్యాలయాలలోవలె పాఠములు కంఠస్థము జేయించి ధనమార్జించు యంత్రములను తయారుజేయు ఉద్దేశ్యము నాటి గురుకుల స్థాపకులకు లేకుండెను. వారి ధ్యేయము ఆచరణమై యుండెను.

గడుపవలెనని ఆలోచించిరి. దాని ఆధారముగా బ్రహ్మచర్య నియమములను నిర్ధారించిరి. వారు ప్రతి పాదించిన నియమములు సామాన్యమైనవిగా గన్పడినప్పటికి వానిలో మనో వైజ్ఞానిక విషయములు ప్రగాఢముగా నిక్షిప్తమై యున్నవి. వాటి ఆజ్ఞలు వర్తమాన పరీక్షలను, అన్వేషణలను సార్వభౌమిక అనుభవములతో సంపూర్ణముగా వైజ్ఞానికమైనవిగా నిరూపితమైనవి. నిమ్న శ్లోకములు బ్రహ్మచర్య సిద్ధాంతములను సంక్షిప్తముగా తెలుపుచున్నవి.

స్మరణం కీర్తనం కేలిః ప్రేక్షణం గుహ్య భాషణమ్ ।
సంకల్పోఽధ్యవసాయశ్చ క్రియానిర్వృత్తి రేవచ ॥

ఏతన్మైథున మష్టాంగం ప్రవదన్తి మనీషిణః ।
విపరీతం బ్రహ్మచర్య మేతదేవాష్ట లక్షణమ్ ॥

ఈ అష్టాంగమైథునమువల నిషేధము, ఉపనయన సంస్కార సమయములో "మైథునం వర్జయ" ఉపదేశము గావించబడును. యౌవనావస్థలో అష్ట విధమైథునములనుండి దూరముగా నుండవలెను. ధ్యానము, కథ, స్పర్శ, క్రీడ, దర్శన, ఆలింగన, ఏకాంతవాసము మరియు సమాగమములలో యే ఒక్కదానికి వశపడకుము. వీర్యమును రక్షించుకొనుము. ఏ ఒక్కదానికి లోనైనప్పటికి బ్రహ్మ చర్యమును కాపాడుకొనజాలవు.

గురు కులములలో ప్రవేశించగనే బ్రహ్మచర్య రక్షణకై యీ ఉపదేశ మివ్వబడుచుండెను. జ్ఞానసాధనలో పంచేంద్రియములను యిష్ట మొచ్చినట్లుగా విహరించ నీయవలదు. ఒక్కొక్క యింద్రియమునే వశములో నుంచుకొనుటకు సంధ్యావందనములో విశేషముగా చెప్పబడినది. ప్రతి యింద్రియ దురుపయోగమువలన బ్రహ్మచర్యమునకు

జెందిన బాలకుల వినాశము, దుఃఖము జూచి మనకు ఆశ్చర్యము కలుగును "Sexual life of the child" లేఖకుడు ఒక బాలకుని విషయ మిట్లు రచించెను.

నే నొక పదునాలుగు సంవత్సరముల బాలకు నెరుగుదును. ఆతడు క్రమము తప్పకుండా చర్చికి వెళ్లుచుండెడివాడు మరియు కష్ట పడువాడు. అతనికి వీర్య పతన వ్యాధి యుండగా ఆతని తల్లి నా వద్దకు చూపించుటకు తీసుకొనివచ్చెను. నేను పరీక్షించి ఆతనికి గనేరియా వ్యాధికలదని చెప్పుటచే ఆతని తల్లి నా పై క్రుద్ధురాలయ్యెను తన కుమారుడు సదాచారుడని ఆమె విశ్వాసము. అన్వేషణలో ఆ బాలుడు పదమూడు సంవత్సరముల వయసునుండియే వేశ్య వద్దకు వచ్చుచు పోవుచుండెను.

ఇటువంటి పరిస్థితి యెంతమంది బాలకులకు గలదో తెలియదు. కాని తల్లి దండ్రులు తమ సంతానము విషయములో యిట్టి మాటలు వినుటకు సిద్ధ పడరు. తమ బాలుర వినాశము జరుగునంతవరకు వారు విశ్వాసముతోనే యుందురు.

ప్రాచీన కాలములో గురు కులములలో బాల బాలికలను ఒకచోట చదివించక పోయెడివారు. గురుకులములను వనములలో నడుపుచుండిరి. అనుక్షణము గురువు బాలకుని కనిపెట్టుకొని యుండెడివాడు. బాలుని పతనమునుండి కాపాడుటకు సర్వదా ప్రయత్నము జరుగుచుండెడిది. వనములో రూప, రస, శబ్ద, గంధ, స్పర్శలకు అవకాశము లభించెడిదికాదు.

రూపము : మనుష్యుని మనో వికారములను జాగ్రత పరచుటలో నేత్రముల పాత్ర ముఖ్యము. అందుచేత వాటిపై నియంత్రణ అవసరము.

అనేక మానసిక వికారములకు గురియగుదురు. ఈ విషయమును గురించి హేవలాక్స్ ఎలిస్ తన గ్రంథము "Sexual Selection in Men" యొక్క 187వ పుటలో ఇట్లు వ్రాయుచున్నాడు.

ఈ రోజులలో వేశ్యా గృహములలో మరియు యితర అలంకార గృహములలో అద్దమును ప్రయోగించుట యెక్కువగా కనుపించు చున్నది. అమాయక బాల బాలికలు తమ ప్రతి రూపమును అద్దములో చూచుకొని భావ ప్రపంచములో ప్రవేశింతురు. అద్దము ద్వారా వాసనలు ప్రజ్వరిల్లును.

ఇందు అతిశయోక్తి యే మాత్రములేదు. యువకులు గంటల కొలది సమయము అద్దము ముందర నిలుచుందురు. అనేక భావ ములలో మునిగి తేలుదురు. వారికి బ్రహ్మచర్యము కాపాడుకొనుట కష్టసాధ్య మగును.

శబ్దము : మనుష్యుని అనుచిత ఉద్వేగము నాపుటకై నృత్యముతోపాటు గానముకూడా శాస్త్రములలో నిషేధించబడినది. నృత్యగానములవలన బ్రహ్మచారిలో దుష్ట భావము లుత్పన్నమగును. "Sexual Selection in Men" అను పుస్తకములో రచయిత హేమాక్ ఏలిస్ గానమునకు మనో వికారమునకుగల సంబంధమును వ్యక్తపరచుచు 123వ పుటలో యిట్లు రచించెను.

"భిన్న భిన్న ప్రాణులలో ముఖ్యముగా కీటకములు, పక్షులలో సంగీతము పురుష జాతి, స్త్రీ జాతి పరస్పరము ఆకర్షించుకొనుటకే నిర్దేశించబడినది. డార్విన్ మహోదయుడు తన పరిశోధనలో యిదే నిర్ణయమునకు వచ్చెను. హర్బర్ట్ స్పెన్సర్ యీ నిర్ణయమును సందే హించినప్పటికి ఆధునిక పరిశోధనలు మధుర సంభాషణ, సంగీతము

అనుమతించబడినవి. సామవేదగానము వారికి విధిగా చెప్పబడినది. ఎక్కువగా గానమునకు మనో వికారములకు సంబంధము కలదు కాన గానము బ్రహ్మచారులకు ఋషులు నిషేధించుట బుద్ధిమంతుల లక్షణము.

<u>గంధము</u>: నాసికతో జనన శక్తికి ఘనిష్ఠ సంబంధము కలదు. ఆధునిక కాలములో వీటి పరస్పర సంబంధము విస్మరించబడుచున్నది. యౌవనావస్థలో బాల బాలికలకు ముక్కునుండి రక్తము కారుటకు జననేంద్రియ సంబంధమే కారణముగా భావించబడుచున్నది. ఇదే తరుణములో ముక్కుకు సంబంధించిన అనేక రోగములు కలుగుచున్నవి. ముక్కునుండి కారు రక్తమును జననేంద్రియముపై మంచుగడ్డ లుంచి నివారించుట జరుగుచున్నది. బలహీన స్త్రీ పురుషులలో సంభోగము తర్వాత ముక్కు అదరుట జరుగును. వీర్య పతనము తర్వాత నాసికా ద్వారములకు అవరోధము కలుగుట, తుమ్ములు వచ్చుట గమనించు చున్నాము. ఏలీస్, ఫేరీ, జేయన్. మెకంజీల వ్రాతల ననుసరించి వివాహము తర్వాత స్త్రీ పురుషులలో జలుబు, నాసిక సంబంధమైన యితర వ్యాధులు గమనించనైనవి.

ఈ పతనకాలములో పరమాత్ముడిచ్చిన ప్రతి వస్తువు దురుపయోగము గావించబడుచున్నది. బజారు వివిధ రకములైన వస్తువులతో నిండియున్నది. కస్తూరి ఉపయోగము పెరిగిపోయినది. పశువుల శరీరమునుండి తయారైన గంధ పూరిత ద్రవ్యములు ఉత్తేజకరముగా నుండును. అడవి జాతులలో యివి యెక్కువగా ఉపయోగించబడు చుండెను. సభ్యత పెరిగినకొలది జంతువుల శరీరమునుండి యేర్పడిన గంధపూరిత ద్రవ్యములకంటె పుష్పములతో తయారైన గంధ వస్తువుల ఉపయోగము యెక్కువైనది. అవి మనుష్యునిలో వాసనలను ప్రజ్వలిత

"స్పర్శవలన మానసిక వికారముల ఉత్పన్నమునకు ముఖ్య కారణము యేమనగా త్వచయొక్క జ్ఞాన తంతువులు మరియు ఉత్పాదక అంగముల తంతువుల నిర్మాణము ఒకే పదార్థముతో జరిగినది. అన్ని అవయవములకంటె స్పర్శవలన మానసిక దుర్భావములు ఉత్పన్నమగుచున్నవి. స్పర్శయొక్క భయానక తుఫాను తాకిడికి తట్టుకున్న వాడు వాటివలన కలిగే దుష్పరిణామములనుండికూడా కాపాడుకొనును.

బాల బాలికలు చక్కిలిగింతలు పెట్టుకొనుట అభ్యాసముగా మనము చూచుచున్నాము. గిలిగింతలవలన స్పర్శ ఉత్తేజము ద్వారా మనోవికారము కలుగుట స్వాభావికము, బాలురు యీ అభ్యాసమునుండి దూరముగా నుండుట అవసరము అనవసరముగా స్పర్శించుట బ్రహ్మచర్యమునకు భంగకరము.

మెత్తని సుకుమార పానుపులు బ్రహ్మచర్యమును భంగపరచును. డా॥ బ్లాచ్ బాల బాలికలు మెత్తని పక్కలపై పరుండుటవలన హస్త మైథునమువంటి దురభ్యాసములకు లోనుకాగల ప్రమాదము కలదని హెచ్చరించెను. బ్రహ్మచర్య నియమములో "ఉపరిశయ్యాం వర్జయ" కోమలమైన మెత్తని పక్కలపై పరుండుట నిషిద్ధము.

ఏలిస్ మహోదయుడు తన పుస్తకము "Modesty Sexual Precaution" యొక్క 175వ పుటలో యిట్లు వ్రాసెను.

అనేక రచయితలు గుఱ్ఱపుస్వారివలన, రైలు ప్రయాణమువలన వీర్యస్ఖలనమగునని వ్రాసిరి. ఇట్టి జ్ఞానము పాదరీలకు కూడా ఉండెను. శాస్త్రములలో ఆచార్యుడు బ్రహ్మచారికి ఉపదేశ మిచ్చుచు "గవాశ్వ హస్త్యుష్ట్రాది యానం వర్జయ" అని ఆదేశించును. ఎద్దు, గుఱ్ఱము, ఏనుగు, ఒంటె మొదలగు వాటి సవారి వర్జించవలెను కొన్నిచోట్ల

ముంచదు. సారాయి మత్తులో సదాచార క్షేత్రమునుండి చాలా దూరము తనను మరచి వెళ్లిపోవుట ప్రతిరోజు ఘటన. దీని విషయములో యేమి వ్రాయక పోవుట అంతయు వ్రాయుటతో సమానమని భావించెదను. టీ, కాఫీలవలన కలిగే భయంకర దుష్టపరిణామములతో సాధారణ వ్యక్తులకు పరిచయములేదు. అనేకులు యీ దుష్పరిణామములు తెలుసుకొనక పోవుట చేతనే టీ, కాఫీలు సేవించెదిరు. యదార్థ విషయములు గ్రహించిన వెంటనే ఆ అలవాటును విడిచిపెట్టుటకు సిద్ధపడెదరు. డా॥ బ్లాచ్ అభిప్రాయానుసారము టీ, కాఫీ, మారిఫిన్ అధిక సేవనమువలన మనుష్యుడు నపుంసకుడగును. డ్యూఫ్రీ పరీక్షలలో రోజుకు 5. 6 తడవలు కాఫీ త్రాగినవారు నపుంసకులగుటను కనిపెట్టిరి. కాఫీ మానుటవలన ఆరోగ్యవంతులై తిరిగి కాఫీ సేవనమువలన నపుంసకులైరి.

పొగాకు విషయములో డా॥ కెలాంగ్ "Plain Facts"లో యిట్లు వ్రాసిరి.

మనుష్యుని ఆచార వ్యవహారములపై పొగాకు దుష్ప్రభావము కొంతమందికి మాత్రమే తెలియును. బాల్యములో యీ దురభ్యాసానికి గురియైనవారు త్వరగానే కామవాసన ప్రదీప్తమై దుర్వ్యసములకు గురియగుదురు. సదాచారి మరియు పవిత్ర భావములుగ యువకుడు కామవాసనల జ్వాలాముఖిగా మారును. ఆతని అంతఃకరణములో ప్రజ్వరిల్లు దుర్వ్యసనముల జ్వాలలనుండి అశ్లీలత మరియు దురాచారమను నల్లటి పొగ వెడలును. చాలా కాలము పొగాకు వాడకము వలన నపుంసకుడగు అవకాశము కలదు.

మిఠాయిల ఉపయోగము దుష్ప్రవృత్తుల కారణము మరియు పరిణామ మగును. డా॥ బ్లాచ్ "Sexual life of our Time"

సాయంప్రాతః ద్విజాతీనామశనం సంస్మృతినోదితమ్ ।
నాన్తరే భోజనం కుర్యాదగ్నిహోత్రసమో విధిః ॥

అనారోగ్యమనాయుష్యమస్వర్గ్యం చాతి భోజనమ్ ।
అపుణ్యం లోకవిద్విష్టం తస్మాత్తత్పరివర్జయేత్ ॥ 2-57॥

ఉ ప సం హా ర ము

బ్రహ్మచర్య సందేశ మొక గొప్ప సందేశము. ఇది జీవితము యొక్క అమర సందేశము. ఇది ప్రాచీన భారత సందేశము. హిమాలయ పర్వత గగన భేది శిఖరములనుండి గంగా యమునల యొక్క అనవరత అలల ధ్వని నుండి. సముద్ర అలసట లేని ఉత్తుంగ అలల నుండి, కాననముల దుర్భేద్య నిర్జనత్వము నుండి, తపోమయ జీవనము గడుపు ప్రాచీన ఋషులయొక్క సందేశము నాకు వినుపించు చున్నది. ఆ సందేశమే బ్రహ్మ చర్యము. ఈ సందేశము వినే ఆత్మలు భారత మాతకు అవసరమున్నవి.

"బ్రహ్మ చర్యము" అనునది చిన్న శబ్దము కాని యిందులో గల భావముయొక్క నూరవ భాగమునైనా యీ పుటలో వ్రాయలేము. బ్రహ్మచర్యము యొక్క స్థూల రూపము వీర్యరక్షణకంటె కూడా బ్రహ్మ చర్యము అధికము, బ్రహ్మచర్యమొక వ్యాపక శబ్దము. బ్రహ్మ శబ్దము యొక్క అర్థము "మహాన్" లేక గొప్పవాడు. "చర్య" మనగా ఆచరించుట, బ్రహ్మచర్య మనగా "మహానతలో చరించుట" లేక గొప్పవాడగుట. మనము చిన్న చిన్న క్షేత్రములలో చరించెదము. తమను ప్రతి మాటలో ఉన్న మరియు క్షుద్రులుగా జేసికొందుము. చిన్న వర్తులమును ఛిన్నా భిన్నము గావించి పెద్ద వర్తులమువైపు అడుగిడుట, తమను గొప్పవాడుగా చేసికొనుటయే బ్రహ్మచర్య మనబడును. వీర్యరక్షణ

బ్రహ్మచర్యము యొక్క ఒకే స్వరూపము అవసరమును దృష్టిలో పెట్టుకొని వ్రాయబడినది. వీర్యమును రక్షించుకొనుము. బ్రహ్మచర్య జీవనమునకు వీర్య రక్షణ మొదటి అడుగు. నీవు పతనముజెందక పోవుటయే గాక నీ చుట్టు ప్రక్కలవారిని యే నవయువకునైనను పతనము కానీయకుము. ప్రతి యువకుడు భారతమాత సుపుత్రుడు. తల్లి కాతని అవసరము కలదు. యువకులు భారతమాత సంపద. వారిని దోపిడికి గురి కానీయకుము.

నవయువకు లీ సందేశము కొరకు తపించి పోవుచున్నారు. ఈ రచయిత వద్దకు అనేకులు ఉత్తరములు వ్రాసి యున్నారు. ఆ ఉత్తరముల వలన మనవా రెంత తపించుచున్నారో తెలియుచున్నది. హజారీ బాగ్ నుండి ఒక యువకుడు వ్రాసిన ఉత్తరములో ఇట్లు వ్రాసెను. "నేను మీరు వ్రాసిన ఇంగ్లీషు బ్రహ్మచర్య విషయక పుస్తకమును అనేకసార్లు పఠించితిని. చదివిన తర్వాత నా కన్నులు తెరచుకొనినవి. నా కింతవరకు యేమియు తెలియకుండుటచే నే నెంత దౌర్భాగ్యుడనో తెలిసికొనినాను. నేను మీ పుస్తకముల ప్రతులను నా అక్క కొడుకు లకు, అన్నదమ్ములకు, అన్నదమ్ముల కొడుకులకు తెప్పించి యిచ్చినాను. నా ఉద్దేశ్యములో ఉన్నత పాఠశాలలకు జెందిన ప్రతి బాలుడు నిర్బంధముగా ఇది చదువవలసి యున్నది". అకోలా నుండి వేరొక యువకు డిట్లు వ్రాసెను. "నేనింతవరకు బ్రహ్మచర్యమును గురించి యిట్టి పుస్తకము చదువ లేదు. ఇటువంటి పుస్తకము కొరకు నేను వెదకు చుంటిని. మీ పుస్తకము చదువుటవలన మీ హృదయములో నవయువకుల కొర కెంత ఆవేదన యున్నదో తెలియుచున్నది. నే నొక విషమ సమస్యలో చిక్కుకొనినాను. నన్ను యీ సమస్యనుండి బయటకు తీయండి. నా తండ్రి ధనవంతుడు. వారు నాచే బలవంత ముగా మిఠాయి తినిపించెదరు. టీ త్రాగించెదరు. నేను నిరాకరిస్తే

ఇటువంటివారి వలననే బ్రహ్మచరము అపకీర్తి పాలైనది. బ్రహ్మచర్య విషయమును సరిగా అర్థము చేసికొనినవారు మాత్రమే ఆ విషయమై మాట్లాడవచ్చును. బ్రహ్మచర్యము పేరుతో అరచెడివాడు దాని మహిమను యెక్కువ జేయుటకు బదులు కించపరచుచున్నాడు. ఒక విషయ స్వరూపమును సరిగా అర్థము చేసికొనకుండా గుడ్డి ప్రేమ వలన దానికి హాని యితర విధాలకంటె యెక్కువగా చేకూరును.

బ్రహ్మచర్యమువలన శారీరక వృద్ధి జరుగుననుటలో సందేహము లేదు. శక్తి పెరుగును. కాని బ్రహ్మచారి గొప్ప పహల్వానుగా నుండు ననుకొనుట పొరపాటు. బలహీనుడుగా నుండుటకు వీర్య పతనమే కారణము కాని బ్రహ్మచారి అన్ని సమయాలలో పహల్వానుగా నుండు ననుకొనుట భ్రమ పూర్వకము. బ్రహ్మచర్యమునకు అర్థము క్రియాశీలత, శక్తి, తత్పరత, ఉత్సాహము, సహన శీలత మరియు తేజస్సు కలిగి యుండుట. దీని అర్థము లావుగా నుండునని కాని పహల్వాను అని కాని కాదు. ఒక వ్యక్తి క్రియాశీలుడై, ఆరోగ్యవంతుడై యున్నను పహల్వాను కాకపోవుటచే ఆతని ఆచార వ్యవహారాలను శంకించుట పొరపాటు. వారు బ్రహ్మచర్యమును పేరును తీసుకొందురు కాని దాని నర్థము చేసికొనలేరు.

అథర్వ వేదము యొక్క 11 వ కాండము యొక్క 5 వ సూక్తము బ్రహ్మచర్య సూక్తము. ఈ సూక్తములో బ్రహ్మచర్య శబ్దముతోపాటు 'తపము' అను శబ్దము జోడించబడినది. 26 మంత్రములుగల యీ సూక్తములో 15 సార్లు "తపము" అను పదము ఆవృత్తి యైనది. 'స ఆచార్య తపసాపిపతి బ్రహ్మచారీ ధర్మ వసానస్తపసోద తిష్ఠత్' 'రక్షతి తపసా బ్రహ్మచారీ' "తపము" అను శబ్దమునకు లావుతో సంబంధములేదు. బ్రహ్మచర్యము శారీరక స్వాస్థ్యము చేకూర్చును.